Kumpulan

Ringkasan Ceramah Dhamma

Bhikkhu Cittagutto Thera

CETIYA MAHĀSAMPATTI MEDAN

Kumpulan

Ringkasan Ceramah Dhamma

Bhikkhu Cittagutto Thera

Kumpulan

Ringkasan
Ceramah Dhamma

Penulis
Bhikkhu Cittagutto Thera

Editor
PMy. Rudi Hardjon Dhammaraja, S.H., S.Ag.

Foto Sampul oleh
Sukirwan Wongso Vijaya, Bsc.
(Foto Y.M. Cittagutto Thera, diambil sewaktu senja, di Padang Sidempuan)

Perancang Sampul
Upc. Anwar Sunarko Yantasīlo, S.Kom.

Penata Letak
Darwin Cendana Jayavaḍḍhana

Diterbitkan oleh

Cetiya Mahāsampatti

Jalan Pajang No 7-9 Medan, Sumatera Utara – Indonesia
Telp. 061-736 9410, Fax. 061-735 6181, Kode Pos. 20214
Email : dscmahasampatti@gmail.com
www.cetiyamahasampatti.wordpress.com

Cetakan Pertama, Nopember 2008, 1500 jilid.

Bhikkhu Cittagutto Thera

Foto diambil di daerah perkebunan, di Padang Sidempuan, pada saat kegiatan Youth Camp 2007 DPD. PATRIA Sumut oleh Sukirwan Wongso Vijaya, Bsc.

Senarai Isi

SEKAPUR SIRIH

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa

Dhamma umumnya disampaikan secara lisan dalam ceramah-ceramah di vihāra-vihāra, cetiya, sekolah, kampus, dan lain-lain khususnya kepada umat Buddha.

Akan tetapi untuk ceramah Dhamma di Vihāra Jakarta Dhammacakka Jaya, Jakarta, penceramah harus membuat sebuah ringkasan Dhamma tentang inti yang akan disampaikan dalam ceramah tersebut. Saya, sebagai salah satu penceramah juga memiliki ringkasan Dhamma yang telah saya sampaikan dalam setiap kali ceramah.

Pihak Yayasan Vihāra Mahāsampatti Medan mengetahui ringkasan Dhamma ini, dan meminta kepada saya supaya diterbitkan menjadi sebuah buku untuk dibagikan secara gartis kepada umat. Saya menyetujui permintaan itu dan memberikan ringkasan Dhamma ini untuk diproses menjadi sebuah buku kecil *'Kumpulan Ringkasan Ceramah Dhamma'*.

Terima kasih saya sampaikan kepada Yayasan Vihāra Mahāsampatti Medan, terutama Pak Eddy Dhammadipa sebagai Ketua Yayasan atas kesediaannya menerbitkan *'Kumpulan Ringkasan Ceramah Dhamma'* ini. Terima kasih kepada Bhante Atimedho Thera, PMy. Rudi Hardjon Dhammaraja, S.H., S.Ag., Upc. Anwar Sunarko Yantasilo, S.kom. dan Sdr. Darwin Cendana Jayavaḍḍhana, atas bantuannya dalam memproses penerbitan naskah

Dhamma ini.

Semoga para pembaca buku kecil ini menjadi penggemar Dhamma dan berbahagia pula dalam Dhamma.

Semoga semua makhluk berbahagia.

Mettācittenā,
Bhikkhu Cittagutto Thera

Saṅgha Theravāda Indonesia

Padesanāyaka Sumatera Utara

Sekretariat: Vihara Jaya Manggala Jambi. Jl. Gajah Mada no. 23, Jambi

KATA SAMBUTAN

Namo Tassa Bhagavato Arahato Sammāsambuddhassa (3X)

"Sabbadanam dhammadanam jinati"
"Dari segala bentuk pemberian,
pemberian Dhammalah yang tertinggi"

Dalam rangka akan diterbitkan buku ***"Kumpulan Ringkasan Ceramah Dhamma"*** dari Bhikkhu Cittagutto Thera yang akan diterbitkan di Medan. Kami menyambut baik ide tersebut. Semoga buku ini bisa bermanfaat bagi siapapun yang ingin memperluas pengetahuan Dhamma, agar lebih bermanfaat lagi jika kita praktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

Membantu tercetaknya buku-buku Dhamma dan sekaligus menyebarkan kepada yang membutuhkan sama dengan membantu pelestarian ajaran yang benar, termasuk ikut dāna Dhamma. Dhamma ajaran Buddha sangatlah mulia, sehingga sudah selayaknya umat Buddha memahami dan mempraktikkan melalui pikiran, ucapan, perilaku dalam kehidupannya.

Di dalam Anguttara Nikaya, Buddha menyebutkan

"Para Bhikkhu, Aku mengerti bahwa berbuat kejahatan itu sangat merugikan. Kalau berbuat kejahatan itu tidak merugikan, tidak ada urusan, dan tidak ada kepentingan bagi-Ku untuk mengingatkan, jangan berbuat jahat. Tapi Aku mengerti dengan terang dan jelas bahwa kejahatan itu sangat merugikan, sangat menghancurkan. Oleh karena itu Aku mempunyai kepentingan untuk menyampaikan pesan kepada dunia ini' Jangan berbuat jahat"Karena kejahatan adalah sumber penderitaan. Dan sebaliknya berbuatlah kebajikan adalah sumber kebahagiaan".

Dengan terbitnya buku ini, Kami atas nama pribadi maupun Padesanāyaka Sumatera Utara, memberikan penghargaan *"Anumodāna"* terimakasih yang setulusnya kami berikan kepada penulis maupun penyumbang ide-ide untuk membuat buku ini, yang akan diterbitkan bersamaan perayaan *Saṅghadāna* di Medan di bulan Kaṭhina tahun 2008.

Demikianlah sambutan kami semoga buku ***"Kumpulan Ringkasan Ceramah Dhamma"*** dapat bermanfaat bagi kita semua.

Jambi 15 Oktober 2008
Padesanāyaka Sumut

Ttd
Bhikkhu Atimedho Thera

Yayasan Vihāra Mahāsampatti
Jalan Pajang No 7-9 Medan, Sumatera Utara – Indonesia
Telp. 061-736 9410, Fax : 061-735 6181, Kode Pos : 20214
Email : vihara_mahasampatti@yahoo.com

KATA SAMBUTAN
KETUA YAYASAN VIHĀRA MAHĀSAMPATTI

Namatthu Buddhassa,

Kami sangat berbahagia karena dalam Perayaan *Kaṭhinadāna* pada tahun ini, *Dāyaka Sabhā Cetiya Mahāsampatti* bisa mengumpulkan tulisan Bhikkhu Cittagutto Thera (Upa-padesanāyaka wilayah Sumatera Utara) untuk diterbitkan dan didistribusikan kepada umat secara gratis. Dan terima kasih pula kami ucapkan kepada Bhante karena berkenan mempercayakan kami untuk menerbitkan sekaligus mendistribusikan kepada umat.

Penerbitan kumpulan tulisan ini, kami wujudkan adalah sebagai ungkapan terima kasih kami atas pembinaan Bhante secara kontiniu di Cetiya Mahāsampatti Medan yang berada di Jalan Pajang No. 7 – 9 Medan – Sumatera Utara. Perhatian dan usaha Bhante untuk mengembangkan dan memajukan Cetiya Mahāsampatti cukup besar.

Atas penerbitan kumpulan tulisan ini kami berharap umat bisa mendapatkan manfaat dari Dhammadesāna yang

Bhante sampaikan, kemudian dipraktikkan dalam keseharian sebagai pedoman yang membawa kebahagiaan, motivasi, dan semangat dalam menghadapi setiap rintangan hidup.

Medan, 10 Oktober 2008
Mettācittenā,

YAYASAN VIHĀRA MAHĀSAMPATTI
MEDAN

PMd. Eddy Dhammadipa
Ketua Yayasan Vihāra Mahāsampatti

1

Kitab Tipitaka adalah pedoman hidup

"Yo ca gāthā sataṁ bhāse anatthapadasaṁhitā Ekaṁdhammapadaṁ seyyo yaṁ sutvā upasammati'ti".

"Sebait syair Dhamma, yang membuat batin pendengarnya menjadi tenang adalah lebih baik daripada pengucaran seribu bait syair yang tidak bermanfaat".
[Dhammapada : Sahassa Vagga; 3/102]

Berbagai pandangan dan pendapat yang berkembang di masyarakat mengenai satu kebenaran. Ada konsep/pemikiran yang wajar (masih bisa dianggap benar) dan ada yang jauh menyimpang dari kebenaran (tidak bisa dianggap benar). Umat menyatakan dirinya sungguh-sungguh beragama Buddha, sepatutnya berhati-hati dengan berbagai ajaran yang harus diteliti lebih dahulu tentang kebenarannya.

Sebagai penganut Buddhadhamma yang berakal sehat, kita harus tetap berpatokan pada *Kitab Tipiṭaka Pāḷi* yang murni. Hati-hati dan jangan salah paham. Arti kata

'yang murni' di sini adalah karena penulisan *Tipiṭaka Pāḷi* itu baru dilakukan pada abad I Sebelum Masehi di Sri Laṅka, maka sebelum penulisan-nya itu sejak Buddha Gotama lahir membawa ajaran-Nya selama kurang lebih lima abad, tidak ada *Tipiṭaka Pāḷi* yang tertulis. Hanya dengan cara menghafal *Tipiṭaka Pāḷi* itu dipelajari oleh para bhikkhu pada waktu itu. Justru *Tipiṭaka Pāḷi* yang ditulis pertama kali pada abad I S.M. di Sri Laṅka itulah yang menjadi pedoman kita belajar Dhamma yang benar. Sebab tidak ada *Tipiṭaka* yang ditulis sebelum abad I tersebut.

Dari berbagai hal sering kita pelajari melalui banyak perantara, seperti penceramah di vihāra-vihāra, membaca buku-buku Buddhis, mendengar mimbar agama Buddha di radio, televisi, dan lain sebagai-nya. Kita harus bisa menyaringnya dengan pemikiran sehat kita berpatokan pada *Tipiṭaka Pāḷi* tersebut.

Membaca Ulang Paritta & Sutta

Pembacaan *Parittā* maupun *Sutta*, dalam rangka apa saja, dengan teks atau tanpa teks, menurut tradisi mana saja, yang terpenting adalah mengikuti cara baca yang sesuai dengan kaidah bahasa *Pāḷi* yang benar. Huruf vokal yang ada garis atasnya dibaca panjang (*pāṇātipātā* = semua *ā* dibaca panjang) dan yang tanpa garis atas dibaca pendek (*pāṇātipātā* = hanya *"i"* saja yang dibaca pendek). Huruf konsonan yang ada tanda cacing di atasnya harus dibaca *nya*, bukan *nak* (Idaṁ vo *ñātinaṁ* = *(nyaatinang)* hotu sukhitā hontu *ñātayo* = (*nyaatayoo)*). Konsonan *ṁ* = *ṅ* = *ng* (*maṅgala* = *mang-ga-la*). Konsonan dobel harus dibaca semua / dipisah menjadi dua (*Buddha* = *Bud - dha*, *Dhamma* = *Dham - ma*, *Saṅgha* = *Sang - gha*).

Berdana Dengan Penuh Pengertian Benar

Secara umum umat Buddha sudah banyak mengetahui tentang berdana, tetapi masih ada yang belum sepenuhnya mengerti terutama ada beberapa koreksi yang perlu diterangkan, yaitu: 1. Orang mau berdana, tetapi tidak mau menyerahkannya sendiri (mempersilahkan orang lain yang memberikan dana tersebut kepada yang dituju). Ia melakukan ini karena ia belum begitu mengerti bahwa di saat/detik-detik penyerahan itulah nilai kebajikan itu ditentukan oleh kondisi pikiran si pemberi. 2. Dalam *piṇḍapāta*, memang baik jika umat memberikan persembahan apa pun kepada bhikkhu. Tetapi, manfaat dana yang diberikan tersebut akan berlipat ganda jika barang yang dipersembahkan betul-betul yang bisa berguna untuk kehidupan bhikkhu. Makanan kering sebaiknya tidak diberikan langsung, tetapi diberikan melalui *kapiya (pelayan bhikkhu)* supaya bisa diberikan kepada bhikkhu kapan saja setelah hari ini.

Menjalankan Tugas Secara Benar (Sīla)

Mengenai sīla, umat Buddha juga sudah banyak memahami dan mengerti, namun dalam praktiknya masih ada di antara kita yang tidak menyadari kesalahan agak serius yang dilakukannya sendiri kepada orang lain, yang jelas-jelas andaikata dia diperlakukan demikian, pasti akan mengatakan si pelaku adalah jahat.

Meditasi Cinta kasih (Mettā Bhavanā)

Banyak peminat meditasi yang ingin tahu dan mencoba untuk mengenal melalui praktik secara baik dan benar, melalui pembimbing meditasi yang berpengalaman. Hal ini membuktikan bahwa umat Buddha dan simpatisan

sudah merasakan perlunya pendekatan diri manusia dengan alam, untuk melihat kenyataan apa pun yang timbul di dalam maupun di luar tubuh sendiri.

Mempraktikkan meditasi dengan mengembangkan dan memancarkan cinta kasih terhadap semua makhluk hidup bisa dilakukan oleh setiap orang yang memang sudah memiliki cinta kasih itu sendiri. Apa yang dipancarkannya terhadap siapapun di luar dirinya sendiri adalah memang ada, untuk makhluk hidup tanpa kecuali. Jadi bukan seperti orang yang membayangkan wajah seseorang karena rindunya, namun dibalik itu ia masih mengirim rasa benci dan dendam terhadap orang lain karena alasan-alasan tertentu, yang bertolak belakang dengan apa yang diberikan kepada siapa yang dibayangkannya. Jika itu yang dilakukan maka itu adalah bukan meditasi cinta kasih, tetapi perang antara cinta dengan dendam dalam dirinya, antara dirinya sendiri dengan dirinya sendiri pula.

Mengembangkan Kebijaksanaan (Paññā)

Jika seseorang mempelajari *dāna, sīla, samādhi/meditasi* dan juga mengerti bagaimana orang belajar sehingga bisa tumbuh dan berkembang pengertian benar dan kebijaksanaannya, maka semua kebajikan ini, terutama *sīla-samādhi-paññā* sesungguhnya adalah tiga hal yang saling menopang satu sama lain, satu mendukung yang lain untuk berkembang dan sebaliknya.

Marilah kita pelajari hidup dan kehidupan ini sesuai dengan apa telah diajarkan oleh Buddha Gotama seperti yang dapat kita temukan dalam Kitab *Tipiṭaka Pāḷi.*

2

Ucapan benar, bermanfaat, dan menyenangkan

"Vacīpakopaṁ rakkheyya – Vācāya saṁvuto siyā Vacīduccaritaṁ hitvā – Vācāya sucaritaṁ care".

"Hendaknya menjaga keusilan ucapan; hendaknya mengedalikan ucapan; hendakny menghentikan kejahatan melalui ucapan dan sebaliknya melakukan kebajikan melalui ucapan".
[Dhammapada : Kodha Vagga; 12/232]

Sebagai bagian dari kehidupan bermasyarakat, kita dituntut untuk menjaga tiga pintu perbuatan kita sendiri, yaitu pikiran, ucapan, dan badan jasmani. Ketiga pintu perbuatan ini memang harus kita jaga setiap saat. Bisakah kita melakukan hal ini? Sebisa mungkin kita harus melakukan sehubungan dengan adanya relasi-relasi yang banyak antar sesama di sekitar kita.

Kita memang mengetahui bahwa pengucapan sebuah kata membawa pengaruh yang sangat kuat terhadap si pendengar di sekitar kita. Untuk itu marilah kita simak penjabaran secara rinci di bawah ini.

Ucapan benar itu dalam penyampaiannya tidak berarti secara terbuka penuh. Dalam Abhayarajakumara Sutta, Majjhima Nikāya 58, Buddha menunjukkan faktor-faktor yang turut menentukan suatu ucapan patut dan tidak patut dikemukakan. Faktor-faktor yang utama adalah: 1. Apakah pernyataan itu benar atau salah, 2. Apakah pernyataan itu bermanfaat atau tidak, 3. Apakah pernyataan itu dikehendaki/ disetujui oleh orang-orang lain atau tidak. Buddha sendiri akan mengemukakan hal-hal yang benar dan bermanfaat, dan mengetahui saatnya yang tepat sesuatu yang menyenangkan dan sesuatu yang tidak menyenangkan pun patut dikemukakan.

Diceritakan bahwa pada suatu saat, seorang bayi yang masih kecil sedang berbaring telungkup di pangkuan Pangeran Abhaya. Buddha berkata kepada Pangeran Abhaya, *"Bagaimana pendapatmu Pangeran? Karena kelalaianmu atau pun kelalaian perawat, kalau saja anak yang masih kecil itu memasukkan sebatang kayu atau sebutir batu ke dalam mulutnya sendiri, apa yang akan engkau lakukan terhadapnya?".*

"Saya akan mengeluarkan kayu atau batu itu, Bhante. Jika saya tidak bisa mengeluarkannya, saya akan memegang kepalanya dengan tangan kiri saya dan membengkokkan tangan kanan saya, akan mengeluarkannya meskipun harus berdarah. Mengapa demikian? Karena saya memiliki kasih sayang kepada anak itu." Buddha berkata: "*Demikian juga Pangeran:*

[1] Ucapan yang diketahui oleh Tathāgata sebagai tidak betul, tidak benar, tidak bermanfaat, tidak

dikehendaki dan tidak menyenangkan orang-orang lain, Tathagata tidak mengemukakan ucapan-ucapan itu.

[2] Ucapan yang diketahui oleh Tathāgata sebagai betul, benar, tidak bermanfaat, tidak dikehendaki dan tidak menyenangkan orang-orang lain, Tathagata tidak mengemukakan ucapan-ucapan itu.

[3] Ucapan yang diketahui oleh Tathāgata sebagai betul, benar, bermanfaat, tetapi tidak dikehendaki dan tidak menyenangkan orang-orang lain, Tathagata mengetahui saat yang tepat untuk mengemukakan ucapan-ucapan itu.

[4] Ucapan yang diketahui oleh Tathāgata sebagai tidak betul, tidak benar, tidak bermanfaat, tetapi dikehendaki dan menyenangkan orang-orang lain, Tathagata tidak mengemukakan ucapan-ucapan itu.

[5] Ucapan yang diketahui oleh Tathāgata sebagai betul, benar, tidak bermanfaat, tetapi dikehendaki dan menyenangkan orang-orang lain, Tathagata tidak mengemukakan ucapan-ucapan itu.

[6] Ucapan yang diketahui oleh Tathāgata sebagai betul, benar, bermanfaat, dan dikehendaki dan menyenangkan orang-orang lain, Tathagata mengetahui saat yang tepat untuk mengemukakan ucapan-ucapan itu.

Mengapa demikian? Karena Tathāgata memiliki kasih sayang kepada semua makhluk hidup." (MN 58)

Dalam Suta Sutta Aṅguttara Nikāya IV. 183 diceritakan bahwa Brahmana Vassakara berkata kepada Buddha, demikian: *“Saya berpandangan, saya berpendapat bahwa, ketika seseorang berbicara hal-hal yang telah dilihat, dengan mengatakan, 'Demikian telah saya lihat', tidak ada salahnya hal semacam itu. Ketika seseorang berbicara hal-hal yang telah didengar, dengan mengatakan, 'Demikian telah saya dengar', tidak ada salahnya hal semacam itu. Ketika seseorang berbicara hal-hal yang telah diketahui, dengan mengatakan, 'Demikian telah saya ketahui', tidak ada salahnya hal semacam itu.”*

Buddha menanggapi pernyataan Brahmana Vassakara tersebut: *“Saya tidak mengatakan, Brahmana, bahwa hal-hal yang telah dilihat…, hal-hal yang telah didengar…, hal-hal yang telah diketahui patut dikemukakan. Tetapi bukan berarti hal-hal yang telah dilihat, telah didengar, telah diketahui tidak patut dikemukakan.”*

“Apabila seseorang mengemukakan hal-hal yang telah didengar, hal-hal yang telah dilihat, hal-hal yang telah diketahui, mengakibatkan kualitas batin yang buruk berkembang dan kualitas batin yang baik merosot, maka hal semacam itu tidak patut dikemukakan. Akan tetapi, apabila seseorang mengemukakan hal-hal yang telah diketahui, mengakibatkan kualitas batin yang buruk berkurang dan kualitas batin yang baik berkembang, maka hal semacam itu patut dikemukakan.”

“Apabila, seseorang mengemukakan hal-hal yang telah dilihat, mengakibatkan kualitas batin yang tidak baik

berkembang dan kualitas batin yang baik merosot, maka hal semacam itu tidak patut dikemukakan." (AN 4.183)

Dalam menyampaikan segala sesuatu melalui ucapan apalagi mengenai Dhamma, memang ada cara-cara yang harus diketahui dengan baik, dan menggunakannya secara baik dan benar pula. Dalam menanggapi atau menjawab suatu pertanyaan pun kita harus berusaha memberikan jawaban yang sesuai.

Dalam Pañha Sutta, Aṅguttara Nikāya IV. 42, Buddha mengajarkan bagaimana cara menjawab suatu pertanyaan (AN 4.42).

Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan tentu harus dimengerti terlebih dahulu, baru memikirkan dan merancang jawaban yang tepat untuk pertanyaan-pertanyaan yang berbeda. Dalam Pañha Sutta tersebut, dikatakan ada empat cara menjawab pertanyaan-pertanyaan, yaitu: 1]. Ada pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab secara langsung dan singkat (misalnya: ya atau tidak); 2]. Ada jenis pertanyaan yang harus dijawab secara analisis (mendefinisikan sebanyak mungkin dalam penjelasan dengan berbagai contoh); 3]. Ada jenis pertanyaan yang haarus dijawab dengan sebuah pertanyaan balik sebagai jawabannya; 4]. Ada pula jenis pertanyaan yang harus dijawab dengan diam/ tidak perlu dijawab."

Siapa pun yang mengetahui hal tersebut dengan benar menghubungkan dengan Dhamma, maka ia dikatakan mahir dalam empat tipe pertanyaan tersebut. Sulit untuk mengalahkannya. Ia mengetahui hal-hal yang sesuai

dan yang tidak sesuai, sehingga menolak hal-hal yang tidak memiliki makna dan menguasai hal-hal yang memiliki makna.

Menurut ayat Dhammapada tersebut di atas tentu usaha dan perjuangan kita sendiri kuncinya. Berusaha dan berjuanglah. Sukses!

3

Cepat atau lambat perubahan memang terjadi

"yaṅkiñci samudayadhammaṁ, sabbantaṁ nirodha dhamman'ti".

"Segala sesuatu muncul karena ada sebabnya; Segala sesuatu akan lenyap karena sebabnya habis/tidak ada".
[Dhammacakkappavattana Sutta, S.N. LVI. 11]

Apabila kita mencoba menelusuri ke dalam diri kita masing-masing, ada yang terasa cepat mengalami perubahan, dan ada yang terasa lambat mengalami perubahan. Akan tetapi juga ada yang terasa seolah-olah tidak mau berubah. Mengapa yang terakhir bisa ada?

Perubahan Itu Ada

Sebagai pelajaran berharga yang dapat kita ambil adalah pengalaman tentang kondisi negara kita; Indonesia. Marilah kita mencoba menyelidiki dalam sepuluh tahun terakhir saja. Apa saja yang kita rasakan sejak tahun 1995 hingga 2005 ini mengalami perubahan cepat bahkan sangat cepat. Dan pasti juga ada hal-hal tertentu yang kita rasakan

mengalami perubahan lambat. Namun, adakah hal tertentu yang terasa seolah-olah tidak mau mengalami perubahan?

Perubahan Cepat

Dalam pengalaman kehidupan sehari-hari, kita pasti pernah berpikir bahwa mengapa ada orang yang mengalami kematian sangat cepat atau meninggal pada usia masih muda bahkan masih kecil. Kematian terjadi pada usia masih kecil mungkin hal itu akan dilihat sebagai peristiwa yang cepat terjadi. Cepatnya terjadi perubahan pada diri seseorang dan kurang menikmati hidup karena paramita (kebajikan) yang dimiliki sangat kurang. Cepatnya terjadi perubahan memang sangat terasa.

Perubahan Lambat

Buddha mengatakan seperti yang terdapat dalam Aṅguttara Nikāya X. 29, bahwa meskipun makhluk dapat hidup di alam abhasara (alam cahaya) untuk jangka waktu yang amat lama, tetap saja perubahan dan transformasi terjadi. Setelah waktu yang sangat lama, makhluk itu juga akan mengalami perubahan dan transformasi. Artinya mereka juga akan mengalami kematian di alam tersebut dan terlahir kembali di alam lain termasuk alam manusia. Lambatnya terjadi perubahan terjadi pada sesosok makhluk dan banyak menikmati hidup karena memiliki paramita (kebajikan) yang banyak. Meskipun lambat perubahan tetap terjadi.

Pengalaman hidup kita sendiri sesungguhnya telah mengajarkan kepada diri kita bahwa perubahan apa-apa yang cepat terjadi itu sebenarnya dapat diketahui prosesnya melalui sebuah pengamatan.

Perubahan Yang Seolah-olah Tidak Terjadi

Karena kurangnya faktor pendukung dalam terjadinya suatu perubahan, rasanya seolah-olah sama sekali tidak terjadi perubahan apa. Padahal proses perubahan tetap terjadi. Perkembangan perubahan yang terjadi adalah setelah ada sedikit peningkatan timbul penurunan lagi, setelah ada sedikit peningkatan lagi panurunan pun terjadi lagi, dst demikian dalam waktu yang lama. Dan proses seperti ini berkali-kali terjadi, sehingga terasa seolah-olah tidak ada sama sekali perubahan yang dialaminya.

Sebab-sebab Terjadinya Perubahan

Perubahan terjadi tentu karena ada sebab-sebab yang mendukung dalam proses berlangsungnya perubahan itu sendiri. Jika kita memahami dengan benar kata proses berlangsungnya perubahan, sesungguhnya ada pertalian banyak faktor yang terlibat menjadi sebab-sebab yang berantai dalam proses itu sendiri. Dengan kata lain, sebabnya bukan satu tetapi ada banyak sebab sehingga proses yang terjadi tidak berhenti sampai menimbulkan akibat. Dan justru akibat yang baru itu menjadi sebab baru yang selanjutnya menimbulkan akibat baru lagi, dst. Seperti itu tidak berhenti.

Menyadari Perubahan

Untuk dapat menyadari perubahan yang terjadi setiap saat dalam pengalaman hidup kita sehari-hari, boleh kita telusuri satu contoh nyata yang sebenarnya membantu kita menembus perubahan. Misalnya: ada orang yang kehilangan sepeda motor, sebut saja si A. Kita harus melihat proses perubahan yang terjadi dengan dua cara.

Cara pertama: si A berusaha mengumpulkan uang dari hasil kerjanya sendiri selama beberapa bulan terakhir. Karena pemakaian uang bagi si A tidak menentu, kadang-kadang banyak, kadang-kadang sedikit, maka pernah tidak dapat sisa uang dari hasil kerjanya untuk dikumpulkan. Dalam waktu cukup lama, akhirnya dia dapat mengumpulkan uang seharga sebuah sepeda motor. Dari uang itu dia membeli sepeda motor yang kualitasnya sedikit bagus, bukan yang bagus sekali. Dia merasa sangat senang dan puas menggunakan sepeda motor tersebut. Dari kisah ini orang mungkin berpikir, wah kok tidak ada perubahan, dari dulu begitu begitu terus. Yang mana sebenarnya proses perubahan yang terjadi cukup panjang.

Cara kedua: sepeda motor milik si a itu hilang, dicuri orang lain dan tidak diketahui jejaknya. Dia mengalami kesedihan yang cukup melukai pikirannya sendiri. Si A merasa sangat stress cukup lama dengan kejadian itu.

Dia akhirnya menyampaikan keluh kesahnya tentang pengalamannya itu kepada seorang bijaksana. Si A mendapat bimbingan, saran-saran dan nasihat dari orang bijaksana tersebut. Dari pertemuan tersebut, dia mengalami perubahan yang cukup drastis. Dia menjadi orang yang mengerti, menyadari, dapat melihat apa yang telah terjadi apa adanya dan dapat pula menerimanya dengan baik. Dia dapat mempelajari semua kisah hidupnya selama ini bahwa semua itu adalah proses yang mengalami perubahan.

Apakah kondisi-kondisi yang ada dapat menjadi faktor yang sangat berperan mempengaruhi perubahan yang terjadi hingga membuat diri kita bisa hidup bahagia?

Pengalaman anda yang akan membantu anda mengakhiri semua persoalan ini.

Memahami hukum perubahan : Tua, Sakit, dan Mati

***"Jīranti ve rājarathā sucittā -
Atho sarīrampi jaraṁ upeti
Satañ ca dhammo na jaraṁ upeti -
santo have sabbhi pavedayanti"***

"Kereta kerajaan yang indah dapat menjadi usang. Tubuh ini pun tidak terlepas dari ketuaan. Namun, ajaran orang bajik tidak mengenal kelapukkan. Demikianlah orang bajik mengajarkan kebaikkan".
[Dhammapada : jarā Vagga; 6/151].

Mengapa hidup harus mengalami usia tua, sakit, dan mati? Pertanyaan ini muncul dari pikiran kita sendiri, tapi dari manakah jawabannya bisa timbul? Marilah kita pelajari secara teliti dan benar dengan menggalinya dalam diri kita sendiri. Untuk itu patutlah kita simak dengan sebaik-baiknya uraian di bawah ini.

Tua, Sakit, dan Mati Hanyalah Proses

Dalam Abhiṇhapaccavekkhaṇa terdapat kata-kata, *"Aku wajar mengalami usia tua, Aku takkan mampu*

menghindari usia tua, Aku wajar menyandang penyakit, Aku takkan mampu menghindari penyakit, Aku wajar mengalami kematian, Aku takkan mampu menghindari kematian". Artinya: tiga faktor kehidupan ini: tua, sakit dan mati adalah bagian dari proses hidup. Hidup ini tidak mungkin tanpa usia tua, sakit, dan mati. Ketiga faktor ini akan selalu hadir dalam kehidupan selama proses lahir dan mati masih berlangsung berulang-kali. Itulah sebabnya ketiga hal itu tidak bisa diatasi oleh siapapun sebelum mencapai kebebasan akhir, Nibbāna. Hanya Arahat yang sudah mengatasi usia tua, sakit, dan mati. Jadi, usia tua, sakit dan mati hanyalah proses perubahan.

Proses itu Sendiri Adalah Perubahan

Pikiran yang dapat menyentuh/ mengenal/ mengerti dengan benar kenyataan terjadinya proses perubahan yang memang sungguh-sungguh alami sifatnya, akan dapat bersikap netral terhadap apapun yang terjadi dalam proses itu. Dengan demikian tidak terdapat beban yang mempersulit pikiran dalam menyadari kondisi nyata yang mengalami perubahan. Pikiran pun sesungguhnya mengalami proses dan oleh karena itu perubahanlah nyata-nyata dilaluinya. Kadang-kadang senang, gembira, puas, tenang, nyaman, bisa dijaga dan dikendalikan, dan sebagainya. Tapi, justru karena terjadi perubahan, tidak menentu, maka kadang-kadang pikiran itu juga tidak senang, tidak gembira, tidak puas / kecewa, tidak tenang, tidak nyaman. Proses yang terjadi dalam perubahan itu sendiri kadang lambat kadang cepat. Karena terlalu cepat, maka kadang sulit dibedakan kalau pikiran itu berubah puas, tidak puas, puas, tidak puas, puas,tidak puas, berganti-ganti dengan sangat cepat. Itulah perubahan yang

berproses dengan sangat cepat dan tidak pernah diam meskipun satu detik. Jika terlalu dipikir, maka proses itu rasanya sangat lama, kenyataannya tidak.

Pahamilah Perubahan itu Berjalan Terus

Kita harus berusaha untuk dapat menguasai pikiran dengan mengendalikannya sedapat mungkin, dan tidak membiarkan pikiran itu sendiri justru memperbudak diri kita. Bilamana kita dapat melakukan hal ini dengan sebaik-baiknya, maka kita akan dapat memahami perubahan yang tidak pernah berhenti itu, sebagaimana adanya, memang demikian.

Pemahaman Timbul Melalui Perenungan

Buddha mengajarkan kepada kita semua untuk merenungkan bahwa segala sesuatu di dunia ini jelas-jelas mengalami proses perubahan yang tidak pernah berhenti sedetikpun. Ada sebuah pernyataan Buddha terdapat dalam satu sutta pendek, Kindada Sutta, bagian dari Majjhima Nikāya. Dalam sutta tersebut dikatakan bahwa siapa yang suka memberi makanan adalah pemberi kekuatan, siapa yang suka memberi pakaian adalah pemberi keindahan, siapa yang suka memberi transportasi adalah pemberi kemudahan, siapa yang suka memberi lampu penerangan adalah pemberi kemampuan melihat dengan jelas, siapa yang suka memberi tempat bernaung/tinggal adalah pemberi segala sesuatu. Tetapi siapa yang suka memberi Dhamma adalah pemberi Deathless (Tanpa Kematian - *Nibbāna*).

Jika kita renungkan pernyataan itu dengan baik, semuanya adalah tidak bisa dibawa terus meskipun

beranggapan itu milik kita. Punya kekuatan/kekuasaan, pakaian yang indah, rumah yang mahal, dsb. bagi kita hanyalah hak pakai yang mau tidak mau harus kita lepas bilamana waktunya tiba untuk berpisah dengan kita.

Siapa yang bisa memahami hal itu dengan baik, maka apapun yang terjadi di sekelilingnya termasuk dalam dirinya sendiri akan bisa mengerti dengan benar dan menerimanya pula dengan cara yang benar.

Dalam Anāgata Bhayani Sutta, Aṅguttara Nikāya, dikatakan: *"Terdapat satu kisah bhikkhu, di mana dalam dirinya timbul ingatan: 'Sekarang ini saya masih muda, berambut hitam, terkondisi dengan usia remaja tahap pertama masa kehidupan. Suatu saat akan tiba, sebagai kenyataan, ketika tubuh ini secara wajar dipengaruhi oleh usia tua. Bilamana seseorang dikuasai oleh usia tua dan kelapukan, tentu tidak mudah untuk mengenal Dhamma, Ajaran Buddha. Sulit untuk bermukim di hutan / tempat yang sepi atau di tempat-tempat yang terasa asing bagi manusia. Sebelum sesuatu yang tidak diundang, tidak diinginkan, tidak disenangi ini terjadi, biarlah saya berusaha keras untuk mencapai yang belum dicapai, merealisasi yang belum direalisasi, sehingga --terjamin dengan Dhamma--, saya bisa hidup dengan penuh kedamaian meskipun sudah tua nanti.'"* (A.N. V.78).

Hal tersebut patut kita renungkan hingga sampai pada pemahaman yang benar tentang kenyataan hidup ini memang mengalami proses yang tak pernah berhenti, apalagi tidak berproses atau secara total diam. Semoga kita bisa melakukannya dengan sungguh-sungguh. Marilah kita

berjuang dengan penuh keuletan dan kesungguhan hati. Kita patut merenungkan pula bahwa bangsa kita, Republik Indonesia ini mengalami proses perubahan yang dapat kita rasakan sendiri. Dalam waktu beberapa tahun belakangan ini terjadilah perubahan yang harus bisa diterima dengan lapang dada bahwa itu mengalami proses yang nyata-nyata dari hari ke hari. Bangsa ini juga mengalami proses usia, bisa sakit, dan apakah bisa mati juga? Yang jelas prosesnya dapat kita lihat mengalami perubahan. Benarkah dapat kita amati terjadinya proses ini? Mari kita coba sendiri.

Selamat berjuang.

5

Sikap mental dalam menghadapi fakta

"Sabbe bhāyanti maccuno'ti."

"Setiap orang takut menghadapi kematian".
[Dhammapada : Danda Vagga; 1/129]

Dalam situasi pergantian tahun 2006 ke 2007 ini, kita dihadapkan dengan beberapa bencana dan kecelakaan yang menimpa saudara-saudara kita. Ada yang meninggal, luka-luka, dan ada juga yang tidak ditemukan keberadaan orangnya alias hilang. Betapa menderitanya keluarga mereka atas kejadian yang menimpa mereka.

Mengapa penderitaan begitu bertubi-tubi menimpa bangsa kita yang luas ini? Apa gerangan yang menyebabkan derita itu sedemikian silih berganti dalam bulan-bulan terakhir ini? Apakah segala bentuk peristiwa dan kejadian-kejadian itu yang benar-benar menjadi andil kemunculan semua derita ini? Alangkah sia-sianya hidup ini apabila tidak menemukan kunci bagaimana persoalan-persoalan itu bisa terungkap rahasianya.

Pemahaman Tidak Menyentuh Fakta

Suatu hal yang sudah umum di kalangan masyarakat bahwa setiap orang takut terhadap kematian. Kita takut terhadap kematian karena kita melekat terhadap kehidupan dengan segala bentuk harapan kita sendiri, dan tidak memahami hal itu secara benar. Orang lain hanya menyebut kematian saja, kita sudah takut lebih dulu, sehingga penderitaan juga tentu sudah lebih dulu mengganggu ketenangan batin kita.

Kematian adalah satu peristiwa yang paling menakutkan bagi banyak pihak. Tetapi selain kematian masih ada hal-hal lain yang ditakuti oleh manusia, seperti penyakit, kehilangan sesuatu yang dicintai, dan lain sebagainya. Mengapa semua itu ditakuti? Padahal itu adalah kenyataan.

Ada Kenyataan sebagai Fakta

Segala bentuk persoalan yang ada di dunia yang dihadapi manusia penuh dengan fakta-fakta yang tak terbantahkan oleh pihak manapun juga.

Dalam Dhammacakkappavattana Sutta, Saṁyutta Nikāya sangat jelas dikatakan mengenai keadaan nyata hidup ini adalah dukkha. Namun, karena faktor penghambat dalam batin kita sangat kuat, maka pemahaman kita terhadap hal itu bisa tidak sesuai dengan faktanya. Dalam Sutta tersebut dikatakan: *"Kelahiran adalah dukkha, usia tua adalah dukkha, kematian adalah dukkha, ketidakpuasan, sedih, sakit, derita yang mendalam, dan tidak punya harapan adalah dukkha, bertemu dengan yang tidak disukai adalah dukkha,*

berpisah dengan yang dicintai adalah dukkha, tidak tercapai apa yang dicita-citakan adalah dukkha. Singkatnya, gugusan lima unsur penyebab kemelekatan adalah dukkha."(SN 56.11)

Kita dituntut untuk memamahi hal tersebut secara benar.

Memahami Fakta secara Benar

Sesulit apa pun kenyataan hidup ini, karena memang selalu ada masalah yang menimpa kita, maka sebetulnya tugas kita adalah tidak hanya semata-mata mampu melihat dan memahami kejadiannya saja, akan tetapi yang lebih penting adalah sedapat mungkin kita berusaha menata kesiapan mental kita untuk menghadapi kenyataan itu. Batin kita akan bisa menerima fakta yang terjadi karena kesiapan diri kita secara mental dalam menghadapi sekaligus menerima kenyataan yang ada.

Yang Ariya Sārīputta pernah berkata kepada para bhikkhu tentang dukkha, sebagaimana dikatakan dalam Saccavibhaṅga Sutta, Majjhima Nikāya, sebagai berikut: *"Apa yang dimaksud dengan kebenaran mulia tentang dukkha? Kelahiran adalah dukkha, usia tua adalah dukkha, kematian adalah dukkha, kesengsaraan, pedih, sakit, derita yang mendalam, dan tidak punya harapan adalah dukkha, bertemu dengan yang tidak disukai adalah dukkha, berpisah dengan yang dicintai adalah dukkha, tidak tercapai apa yang dicita-citakan adalah dukkha. Singkatnya, gugusan lima unsur penyebab kemelekatan adalah dukkha."*

"Dan apakah kelahiran itu? Kelahiran dalam segala hal, kelahiran terjadi, keturunan, akan terlahirkan, segera terlahirkan, penampakan dari gugusan, pengakuan sebagai bagian dari berbagai makhluk dalam kelompok ini atau kelompok itu. Itulah yang disebut kelahiran".

"Apakah usia tua itu? Tua dalam segala hal, menjadi lemah karena usia, merosot, pudar, kriput, kekuatan tenaga melemah, melemahnya kekuatan indria dari berbagai makhluk dalam kelompok ini atau kelompok itu. Itulah yang disebut tua".

"Dan apakah kematian itu? Kematian dalam segala hal, wafat, berakhir, lenyap, mati, kematian, berakhirnya waktu, terpencarnya bagian-bagian tubuh, tercerai-berainya unsur-unsur kehidupan dari berbagai makhluk dalam kelompok ini atau kelompok itu. Itulah yang disebut kematian".

"Dan apakah kesengsaraan itu? Kesengsaraan dalam segala hal, menjadi menderita, sedih, penderitaan dari dalam, kesedihan dari dalam bagi seseorang yang menderita kemalangan, tertimpa sesuatu yang menyakitkan. Itulah yang disebut kesengsaraan".

"Dan apakah kepedihan itu? Dalam segala hal menangis, merasa sengsara yang mendalam, merasa pedih, terisak-isak, kepedihan seseorang yang menderita kemalangan, tertimpa sesuatu yang menyakitkan. Itulah yang disebut kepedihan".

"Dan apakah sakit jasmani itu? Dalam segala hal

badan terasa sakit, badan terasa tidak nyaman, sakit atau tidak nyaman timbul dari sentuhan badan. Itulah yang disebut sakit".

"Dan apakah derita batin itu? Dalam segala hal dalam pikiran terasa sakit, terasa tidak nyaman, sakit dan tidak nyaman timbul dari kontak pikiran. Itulah yang disebut derita batin".

"Dan apakah yang dimaksud dengan dukkha bertemu dengan yang tidak disukai? Ada hal-hal tertentu terjadi pada diri seseorang, seperti yang tidak diinginkan, tidak menyenangkan, penglihatan yang tidak menarik, pendengaran yang tidak menarik, penciuman yang tidak menarik, aroma yang tidak menarik, atau ada hubungan, kontak, relasi, dan interaksi dengan orang lain yang mengharapkan agar sakit, ada bahaya, tidak nyaman, atau mengharapkan supaya ia tidak selamat. Itulah yang disebut dukkha bertemu dengan yang tidak disukai".

"Dan apakah yang dimaksud dengan dukkha berpisah dengan yang dicintai? Ada hal-hal tertentu yang hilang dari diri seseorang, seperti yang diinginkan, menyenangkan, penglihatan yang menarik, pendengaran yang menarik, penciuman yang menarik, aroma yang menarik, atau putusnya hubungan, kontak, relasi, dan interaksi dengan orang lain yang mengharapkan agar baik-baik, bahagia, nyaman, atau mengharapkan supaya ia selamat. Itulah yang disebut dukkha bertemu dengan yang tidak disukai". (MN 141)

Dalam Nibbedhika Sutta, Aṅguttara Nikāya VI.63,

dikatakan bahwa dukkha itu harus diketahui. Sebab dukkha harus diketahui. Variasi dalam dukkha harus diketahui. Dampak dari dukkha harus diketahui. Akhir dari dukkha harus diketahui. Jalan untuk mengakhiri dukkha harus diketahui.

Apakah yang dimaksud dengan variasi dari dukkha? Ada dukkha yang serius dan ada dukkha yang kecil, ada dukkha yang lambat pelenyapannya dan ada dukkha yang cepat pelenyapannya. Itulah yang disebut variasi dalam dukkha. (A.N. VI.63)

Dari Pemahaman Timbul Sikap

Karena pemahaman yang tidak sesuai terhadap hal tersebutlah yang membawa pengaruh kuat sehingga dukkha yang menghantam diri kita tidak kunjung redam. Hal itu juga terpengaruh oleh faktor kuatnya kebodohan batin kita yang nyata-nyata ada, namun tidak kita sadari akan fakta itu. Akan tetapi dengan pemahaman yang benar sesuai dengan yang semestinya terhadap fakta yang ada di sekitar kita, dan batin kita memiliki kekuatan dan kemantapan, maka sikap mental tidak akan mudah terpengaruh oleh keadaan fakta itu. Benarkah demikian?

6

Tidak takut akan kehancuran tubuh

"Parijinnam idam rupam,
roganiddham pabhavguram
Bhijjati putisandeho,
maranantam hi jivitan'ti".

"Tubuh ini sangat rapuh, sarang penyakit dan lemah, mengeluarkan zat-zat yang busuk dan berbau melalui sembilan lubang pengeluaran, mudah hancur, karena kematian akan mengakhirinya".
[Dhammapada 148]

Dalam Abhaya Sutta, Aṅguttara Nikāya IV.184 diuraikan bahwa brahmana Janussoni menyampaikan pandangannya kepada Buddha: *'Saya berpendapat bahwa meskipun kematian itu pasti akan terjadi pada diri setiap orang, tidak ada orang yang tidak takut terhadap kematian.'*

Buddha mengatakan bahwa ada orang yang takut bila akan terjadi kematian, karena memang sudah pasti kematian itu akan menimpa dirinya juga. Akan tetapi ada orang yang tidak takut bila akan terjadi kematian, meskipun

memang sudah pasti kematian itu akan menimpa dirinya juga.

Siapakah orang yang mudah merasa takut terhadap bahaya kematian? Dan siapa pula orang yang tidak mudah merasa takut terhadap bahaya kematian? Kita simak uraian berikut ini dengan sebaik-baiknya.

Ada orang tertentu yang belum mengikis hawa nafsu dan keinginan yang sangat kuat, melekat terhadap kesenangan indria. Jika suatu ketika dia jatuh sakit yang serius, dalam pikirannya akan timbul seperti ini: *"Astaga, semua yang menyenangkan indria saya ini akan terpisahkan dari saya, dan saya akan terpisahkan dari semua itu".* Dia bersedih dan sangat menderita, menangis, memukul dadanya, dan pikirannya sangat kacau. Dia adalah orang yang mudah merasa takut terhadap bahaya kematian, dan itu pasti akan terjadi pada dirinya juga.

Ada juga orang tertentu yang belum mengikis hawa nafsu dan keinginan yang sangat kuat, melekat terhadap jasmaninya. Jika suatu ketika dia jatuh sakit yang serius, dalam pikirannya akan timbul seperti ini: *"Astaga, Jasmani saya yang menyenangkan ini akan terpisahkan dari saya, dan saya akan terpisahkan dari jasmani saya ini".* Dia bersedih dan sangat menderita, menangis, memukul dadanya, dan pikirannya sangat kacau. Dia adalah orang yang mudah merasa takut terhadap bahaya kematian, dan kematian itu pasti akan terjadi pada dirinya juga.

Ada juga orang tertentu yang dirinya tidak pernah

melakukan perbuatan baik, tidak pernah melakukan perbuatan yang bermanfaat, tidak pernah memberikan perlindungan kepada siapapun yang ketakutan, dan justru malah pernah melakukan hal-hal yang jahat dan kejam. Jika suatu ketika dia jatuh sakit yang serius, dalam pikirannya akan timbul seperti ini: *"Saya tidak pernah melakukan suatu perbuatan baik, tidak pernah melakukan suatu perbuatan yang bermanfaat, tidak pernah memberikan perlindungan kepada siapapun yang ketakutan, dan justru malah saya pernah melakukan hal-hal yang jahat dan kejam".* Jika memang ada alam kelahiran kembali bagi siapa yang tidak pernah melakukan suatu perbuatan baik, tidak pernah melakukan suatu perbuatan yang bermanfaat, tidak pernah memberikan perlindungan kepada siapapun yang ketakutan, dan justru malah pernah melakukan hal-hal yang jahat dan kejam, di alam itulah saya akan terlahirkan kembali setelah kematianku nanti. Dia bersedih dan sangat menderita, menangis, memukul dadanya, dan pikirannya sangat kacau. Dia adalah orang yang mudah merasa takut terhadap bahaya kematian, dan itu pasti akan terjadi pada dirinya juga.

Ada lagi orang tertentu yang memiliki keragu-raguan dan kebimbangan, tidak pernah memiliki kemantapan dalam Dhamma yang sebenarnya. Jika suatu ketika dia jatuh sakit yang serius, dalam pikirannya akan timbul seperti ini: *"Bagaimana ragu-ragu dan bimbangnya saya! Saya tidak pernah memiliki kemantapan dalam Dhamma yang sebenarnya."* Dia bersedih dan sangat menderita, menangis, memukul dadanya, dan pikirannya sangat kacau. Dia adalah orang yang mudah merasa takut terhadap bahaya kematian, dan itu pasti akan terjadi pada dirinya

juga.

Buddha lebih lanjut mengatakan kepada brahmana Janussoni: *"Inilah, brahmana, empat orang, yang mudah merasa takut terhadap bahaya kematian, dan itu pasti akan terjadi pada dirinya juga."*

Dan siapakah orang, yang memang sudah pasti akan tertimpa kematian, tapi tidak merasa takut terhadap bahaya kematian?

Ada orang tertentu yang telah mengikis hawa nafsu dan keinginan yang sangat kuat, tidak melekat terhadap kesenangan indria. Jika suatu ketika dia jatuh sakit yang serius, dalam pikirannya tidak akan timbul seperti ini: *'Astaga, semua yang menyenangkan indria saya itu akan terpisahkan dari saya, dan saya akan terpisahkan dari semua itu.'* Dia tidak bersedih dan tidak menderita, tidak menangis, tidak memukul dadanya, dan pikirannya tidak kacau. Dia adalah orang yang tidak merasa takut terhadap bahaya kematian, dan itu pasti akan terjadi pada dirinya juga.

Ada juga orang tertentu yang telah mengikis hawa nafsu dan keinginan yang sangat kuat, tidak melekat terhadap jasmaninya. Jika suatu ketika dia jatuh sakit yang serius, dalam pikirannya tidak akan timbul seperti ini: *"Astaga, Jasmani saya yang menyenangkan ini akan terpisahkan dari saya, dan saya akan terpisahkan dari jasmani saya ini".* Dia tidak bersedih dan tidak menderita, tidak menangis, tidak memukul dadanya, dan pikirannya

tidak kacau. Dia adalah orang yang tidak merasa takut terhadap bahaya kematian, dan itu pasti akan terjadi pada dirinya juga.

Ada juga orang tertentu yang pernah melakukan suatu perbuatan baik, melakukan suatu perbuatan yang bermanfaat, memberikan perlindungan kepada siapapun yang ketakutan, dan tidak pernah melakukan hal-hal yang jahat dan kejam. Jika suatu ketika dia jatuh sakit yang serius, dalam pikirannya akan timbul seperti ini: *"Saya pernah melakukan suatu perbuatan baik, melakukan perbuatan yang bermanfaat, memberikan perlindungan kepada siapapun yang ketakutan, dan tidak pernah melakukan hal-hal yang jahat dan kejam"*. Sampai sejauh itu, jika memang ada alam kelahiran kembali bagi siapa yang pernah melakukan perbuatan baik, melakukan perbuatan yang bermanfaat, memberikan perlindungan kepada siapapun yang ketakutan, dan tidak pernah melakukan hal-hal yang jahat dan kejam, di alam itulah saya akan terlahirkan kembali setelah kematianku nanti. Dia tidak bersedih dan tidak menderita, tidak menangis, tidak memukul dadanya, dan pikirannya tidak kacau. Dia adalah orang yang tidak takut terhadap bahaya kematian, dan itu pasti akan terjadi pada dirinya juga.

Ada lagi orang tertentu yang tidak memiliki keragu-raguan dan kebimbangan, memiliki kemantapan dalam Dhamma yang sebenarnya. Jika suatu ketika dia jatuh sakit yang serius, dalam pikirannya akan timbul seperti ini: *"Saya tidak memiliki keragu-raguan dan kebimbangan. Saya memiliki kemantapan dalam Dhamma yang sebenarnya"*. Dia tidak bersedih dan tidak menderita, tidak menangis, tidak memukul dadanya, dan pikirannya tidak kacau. Dia

adalah orang yang tidak takut terhadap bahaya kematian, dan itu pasti akan terjadi pada dirinya juga.

Buddha mengatakan kepada brahmana Janussoni: *"Inilah, brahmana, empat orang, yang merasa tidak takut terhadap bahaya kematian, dan itu pasti akan terjadi pada dirinya juga."*

Setelah mendengarkan penjelasan dari Buddha, brahmana Janussoni merasa puas dan menyatakan berlindung kepada Buddha, Dhamma dan Saṅgha sebagai upāsaka.

7

Dana menghasilkan kekayaan

"Dinnaṁ sukhaphalaṁ hoti –
nadinnaṁ hoti taṁ tatha
Cora haranti rajano –
aggi dahati nassati'ti".

"Apa yang diberikan akan membuahkan
hasil berupa kebahagiaan. Tetapi apa yang tidak
diberikan tidak akan membuahkan hasil,
pencuri mengambilnya, raja-raja mengambilnya,
terbakar oleh api, atau hilang".
[Saṁyutta Nikāya I. 41]

Dapat dipastikan bahwa banyak di antara umat manusia yang berpikir ingin menyelamatkan kekayaan yang dimilikinya, tetapi tidak mengetahui caranya. Apakah berbuat baik adalah cara yang dapat menjamin terselamatkannya kekayaan? Mari kita simak uraian berikut.

Dalam Dāna Sutta, Aṅguttara Nikāya VII.49, dikisahkan bahwa suatu ketika, Bhante Sāriputta bersama para pengikutnya upasaka dari Campa, pergi bertemu dengan Buddha, memberi hormat dan duduk di satu sisi.

Setelah duduk, Bhante Sariputta bertanya kepada Buddha: "*Apakah mungkin ada kejadian di mana seseorang memberikan dana jenis tertentu tetapi tidak membuahkan hasil atau manfaat yang besar, sedangkan orang lain memberikan dana jenis yang sama dan membuahkan hasil atau manfaat yang besar?*"

Buddha menjawab: "*Ya, Sāriputta, akan ada terjadi di mana seseorang memberikan dana jenis tertentu tetapi tidak membuahkan hasil atau manfaat yang besar, sedangkan orang lain memberikan dana jenis yang sama dan membuahkan hasil atau manfaat yang besar*".

"*Sāriputta, ada pengalaman di mana seseorang memberikan sesuatu dengan berharap mendapatkan manfaat bagi dirinya sendiri, dengan pikiran melekat terhadap imbalan, 'saya akan menikmati ini setelah kematianku nanti.' Ia memberikan miliknya itu – makanan, minuman, pakaian, transportasi, kalung, minyak wangi, alas tidur dan lampu — kepada seorang samana atau satu kumpulan samana. Bagaimana pandapatmu, Sāriputta, apakah mungkin seseorang akan memberikan dana seperti ini?*"

"*Ya, Bhante*," kata Sāriputta.

"*Dengan memberikan dana ini, ia berharap mendapatkan manfaat – dengan pikiran yang melekat pada hasil, berharap untuk menimbun bagi dirinya sendiri dengan berpikir, 'saya akan menikmati hasilnya setelah kematian.' – setelah kehancuran tubuh, setelah kematian, terlahir kembali di alam catumahārājika. Dengan*

demikian, setelah berakhirnya tindakan, kekuatan, status, dan kedaulatan itu, Ia adalah Sakadāgāmi, akan terlahir sekali lagi ke dunia ini".

"*Kemudian ada pengalaman dari seseorang yang memberikan sesuatu tidak berharap mendapatkan manfaat bagi dirinya sendiri, tanpa pikiran melekat terhadap imbalan, tidak berharap untuk menimbun bagi dirinya sendiri, juga tanpa berpikir, 'saya akan menikmati ini setelah kematianku nanti.' Justru sebaliknya, Ia memberikan persembahan itu dengan berpikir, 'Memberi adalah baik.' Ia memberikan dananya itu – makanan, minuman, pakaian, transportasi, kalung, minyak wangi, alas tidur dan lampu — kepada seorang samana atau satu kumpulan samana. Bagaimana pendapatmu, Sāriputta, apakah mungkin seseorang akan memberikan dana seperti ini?*"

"*Ya, Bhante*," kata Sāriputta.

"*Dengan memberikan dana ini, seseorang berpikir, 'Berdana adalah baik,' setelah kehancuran tubuh, setelah kematian, terlahir kembali di alam tāvatiṁsa. Dengan demikian, setelah berakhirnya tindakan, kekuatan, status, dan kedaulatan itu, Ia adalah Sakadagami, akan terlahir sekali lagi ke dunia ini".*

"*Atau, daripada berpikir, 'Berdana adalah baik,' Ia memberikan dana dengan berpikir, 'Dana ini diberikan saat yang lampau, dilakukan saat yang lampau, oleh ayah dan kakek saya. Hal ini akan menjadi tidak tepat bagi saya jika membiarkan tradisi nenek moyang ini hilang'....*

setelah kehancuran tubuh, setelah kematian, terlahir kembali di alam yama. Dengan demikian, setelah berakhirnya tindakan, kekuatan, status, dan kedaulatan itu, Ia adalah Sakadāgāmi, akan terlahir sekali lagi ke dunia ini".

"Atau, daripada ….ia memberikan dana dengan berpikir, 'Saya punya, mereka tidak punya. Jadi, tidaklah tepat bagi saya yang punya, apabila tidak memberi kepada mereka yang tidak punya. Setelah kehancuran tubuh, setelah kematian, terlahir kembali di alam tusita. Dengan demikian, setelah berakhirnya tindakan, kekuatan, status, dan kedaulatan itu, Ia adalah Sakadagami, akan terlahir sekali lagi ke dunia ini".

"Atau, daripada… Ia memberikan dana dengan berpikir, 'Sebagaimana adanya pengorbanan yang besar dilakukan para petapa yang lampau – Atthaka, Vamaka, Vamadeva, Vessamitta, Yamataggi, Angirasa, Bharadvaja, Vasettha, Kassapa, dan Bhagu – dengan cara yang sama saya juga memberikan dana'… setelah kehancuran tubuh, setelah kematian, terlahir kembali di alam nimmanarati. Dengan demikian, setelah berakhirnya tindakan, kekuatan, status, dan kedaulatan itu, Ia adalah Sakadagami, akan terlahir sekali lagi ke dunia ini".

"Atau, daripada… Ia memberikan dana dengan berpikir, 'Ketika persembahanku ini diberikan, akan mengakibatkan pikiran menjadi tenang. Kepuasan dan kegembiraan timbul'… setelah kehancuran tubuh, setelah kematian, terlahir kembali di alam paranimmitavasavati. Dengan demikian, setelah berakhirnya tindakan,

kekuatan, status, dan kedaulatan itu, Ia adalah Sakadagami, akan terlahir sekali lagi ke dunia ini".

"Atau, daripada berpikir, 'Ketika persembahanku ini diberikan, akan mengakibatkan pikiran menjadi tenang. Kepuasan dan kegembiraan timbul,' Ia memberikan dana dengan berpikir, 'Ini adalah suatu ornamen bagi pikiran, suatu dukungan bagi pikiran.' Ia memberikan miliknya itu – makanan, minuman, pakaian, transportasi, kalung, minyak wangi, alas tidur dan lampu — kepada seorang samana atau satu kumpulan samana. Bagaimana pandapatmu, Sariputta, apakah mungkin seseorang akan memberikan dana seperti ini?" .

"Ya, Bhante" kata Sāriputta.

"Setelah memberikan dana ini, ia tidak berharap mendapatkan manfaat bagi dirinya sendiri, tidak dengan pikiran yang melekat pada hasil, tidak berharap untuk menimbun bagi dirinya sendiri, dan bukan pula dengan berpikir, 'saya akan menikmati hasilnya setelah kematian".

" – bukan pula dengan berpikir, 'Berdana adalah baik,'

" – juga bukan dengan berpikir, hal ini telah diberikan saat yang lampau, dilakukan saat yang lampau, oleh ayah dan kakek saya. Jadi, tidaklah tepat bagi saya, jika membiarkan tradisi nenek moyang ini hilang".

" – juga bukan dengan berpikir, "Saya punya, mereka tidak punya. Jadi, tidaklah tepat bagi saya yang

punya, apabila tidak memberi kepada mereka yang tidak punya,' bukan pula dengan berpikir, 'Sebagaimana adanya pengorbanan yang besar dilakukan para petapa yang lampau – Atthaka, Vamaka, Vamadeva, Vessamitta, Yamataggi, Angirasa, Bharadvaja, Vasettha, Kassapa, dan Bhagu – dengan cara yang sama saya juga memberikan dana".

" – juga bukan dengan berpikir, ''Ketika persembahanku ini diberikan, akan mengakibatkan pikiran menjadi tenang. Kepuasan dan kegembiraan timbul,"

" – akan tetapi dengan berpikir, hal ini adalah ornamen bagi pikiran, suatu dukungan bagi pikiran' – setelah kehancuran tubuh, setelah kematian, terlahir kembali di alam Brahma. Dengan demikian, setelah berakhirnya tindakan, kekuatan, status, dan kedaulatan itu, Ia adalah Anagami, Ia tidak akan terlahir lagi ke dunia ini,"

"Sāriputta, inilah sebab, inilah alasan, mengapa seseorang memberikan dana jenis tertentu tetapi tidak membuahkan hasil atau manfaat yang besar, sedangkan orang lain memberikan dana jenis yang sama dan membuahkan hasil atau manfaat yang besar."

8

Antara orangtua dan anak

***"Atijatam anujatam – Puttamicchanti pandita
Avajatam na icchanti – yo hoti kulagandhano
Ete kho putta lokasmim – ye bhavanti upasaka
Saddha silena sampanna – vadabbu vitamacchara
Cando abbhaghana mutto – parisasu virocare'ti".***

***"Orang bijaksana mengharapkan
kelahiran anaknya lebih tinggi atau sederajat
dengan orangtua, bukan anak yang lebih rendah,
yang mempermalukan keluarga. Anak-anak tersebut
di dunia ini, upasaka-upasika, sempurna dalam
sila, saddha, dana, bebas dari kekikiran,
bersinar di mana saja bagaikan bulan
bersinar terang tanpa kabut".***
[Itivuttaka 74]

Permasalahan hidup dalam kehidupan berumah tangga banyak diwarnai dengan berbagai macam hal yang para pelakunya terdiri dari kedua orangtua dan anak-anak. Bagaimana hal ini dapat kita pantau jaman sekarang marilah kita simak uraian berikut ini.

Pada zaman Buddha, bagaimana kehidupan berumah tangga diwarnai dengan beberapa permasalahan pokok diceritakan oleh Beliau sendiri dalam Itivuttaka, bagian dari Khuddaka Nikāya. Permasalahan hubungan antara orangtua dan anak harus kita pahami dengan sebaik-baiknya sehingga apa yang sesungguhnya diharapkan dapat pula kita pahami sebagaimana kenyataan di lapangan. Buddha berkata, *"Terdapat tiga tipe anak laki-laki dan perempuan di dunia ini. Apa saja yang tiga itu? Pertama: anak yang kelahirannya lebih tinggi daripada orangtua. Kedua: anak yang kelahirannya sederajat dengan orangtua. Ketiga: anak yang kelahirannya lebih rendah daripada orangtua."*

Anak Lebih Tinggi Daripada Orangtua

"Bagaimana seorang anak laki-laki atau perempuan dikatakan memiliki kelahiran lebih tinggi daripada orangtuanya? Terdapat orangtua yang tidak berlindung kepada Buddha, Dhamma, dan Saṅgha. Orangtua tersebut tidak mempraktikkan pancasila, tidak memiliki pengendalian diri terhadap: 1. pembunuhan makhluk hidup, 2. pengambilan barang yang tidak diberikan, 3. perbuatan seksual yang keliru, 4. pengucapan kata-kata yang tidak benar, dan 5. mengkonsumsi minuman yang dapat melemahkan kesadaran. Orangtua seperti itu tidak punya prinsip dan dikenal jahat karena sudah terbiasa demikian. Namun anak mereka laki-laki dan perempuan telah berlindung kepada Buddha, Dhamma, dan Saṅgha. Anak-anak tersebut berusaha melatih (melaksanakan) pengendalian diri terhadap kelima sila tersebut di atas. Anak seperti itu punya prinsip dan dikenal baik karena sudah terbiasa demikian. Inilah

yang disebut anak laki-laki atau perempuan memiliki kelahiran lebih tinggi daripada orangtuanya."

Memang ada orangtua yang tidak mau mengenal ajaran kebenaran, tidak mau berbuat kebajikan dan justru banyak membuat masalah yang jelas merupakan perbuatan jahat seperti penyelewengan seksual, berjudi, mabuk-mabukan, menipu, korupsi, dll. Walaupun demikian, anaknya justru dapat mengerti dengan baik dan benar tindakan orangtuanya itu dan sebagai anak berusaha untuk mengendalikan diri, berjuang melintasi jalan yang benar sampai sukses dan tidak mengikuti cara salah yang dilakukan orangtuanya itu.

Anak Sederajat Dengan Orangtua

"Bagaimana seorang anak laki-laki atau perempuan dikatakan memiliki kelahiran sederajat dengan orangtuanya? Terdapat orangtua yang telah berlindung kepada Buddha, Dhamma, dan Saṅgha. Orangtua tersebut mempraktikkan pancasila, memiliki pengendalian diri terhadap: 1. pembunuhan makhluk hidup, 2. pengambilan barang yang tidak diberikan, 3. perbuatan seksual yang keliru, 4. pengucapan kata-kata yang tidak benar, dan 5. mengkonsumsi minuman yang dapat melemahkan kesadaran. Orangtua seperti itu punya prinsip dan dikenal baik karena sudah terbiasa demikian. Anak mereka juga laki-laki dan perempuan telah berlindung kepada Buddha, Dhamma, dan Sangha. Anak-anak tersebut juga berusaha melatih (melaksanakan) pengendalian diri terhadap kelima sila tersebut. Anak seperti itu punya prinsip dan dikenal baik karena sudah terbiasa demikian. Inilah yang disebut anak laki-laki atau

perempuan memiliki kelahiran sederajat dengan orangtuanya." Banyak pula dijumpai jaman sekarang orang yang meraih sukses dan baiknya sama dengan orangtuanya sendiri.

Anak Lebih Rendah Daripada Orangtua

"Bagaimana seorang anak laki-laki atau perempuan dikatakan memiliki kelahiran lebih rendah daripada orangtuanya? Terdapat orangtua yang telah berlindung kepada Buddha, Dhamma, dan Saṅgha. Orangtua tersebut mempraktikkan pancasila, memiliki pengendalian diri terhadap: 1. pembunuhan makhluk hidup, 2. pengambilan barang yang tidak diberikan, 3. perbuatan seksual yang keliru, 4. pengucapan kata-kata yang tidak benar, dan 5. mengkonsumsi minuman yang dapat melemahkan kesadaran. Orangtua seperti itu punya prinsip dan dikenal baik karena sudah terbiasa. Namun anak mereka laki-laki dan perempuan tidak berlindung kepada Buddha, Dhamma, dan Saṅgha. Anak-anak tersebut tidak memiliki pengendalian diri terhadap kelima sila tersebut di atas. Anak seperti itu tidak punya prinsip dan dikenal jahat karena sudah terbiasa demikian. Inilah yang disebut anak laki-laki atau perempuan memiliki kelahiran lebih rendah daripada orangtuanya."

Tetapi tidak dapat dipungkiri bahwa sang anak lebih jahat bahkan berlawanan sifat dengan orangtuanya juga banyak dijumpai jaman sekarang ini di berbagai penjuru dunia. Sejalan dengan hal tersebut di atas, jika memang perlu marilah berusaha untuk menempuh yang terbaik dari semua itu. Mampukah kita memperbaiki diri? Berjuanglah hingga sukses!

9

Menjadi insan yang manusiawi

"Dadato Pubbam Pavaddhati -
Samyamato Veram Na Cijati
Kusalo Ca Jahati Papakam-
Ragadosamohakkhaya sa Nibbuto'ti".

"Siapa yang suka memberi,
Kebajikannya akan bertambah.
Siapa yang dapat mengendalikan dirinya,
tidak akan membenci. Siapa yang banyak berbuat
kebajikan, akan terhindar dari kejahatan.
Karena akar dari lobha, dosa dan moha dicabut
secara total, maka tercapailah Nibbāna".
[Mahāparinibbāna Sutta - D.N.16.4.43]

Sebagai makhluk yang mempunyai akal sehat, yang berbeda dengan makhluk lain, manusia mengalami proses perkembangan secara fisik maupun mental dengan cepat. Hal ini berproses dengan baik dikarenakan adanya hubungan antar sesama manusia dan berjalan secara alamiah. Jika terjadi hubungan antar sesama manusia yang baik, maka proses yang terjadi menyebabkan perubahan perkembangan semakin baik pula. Proses yang bagaimana

yang dikatakan baik dalam hal ini? Marilah kita simak penjelasan berikut ini dengan secermat mungkin.

Memberi Kebajikan

Manusia yang memiliki perasaan yang peka dengan kondisi hidupnya yang memerlukan banyak dukungan dari faktor luar, ia akan berpikir berulang kali apa yang bisa ia laku-kan demi manfaat untuk orang lain maupun dirinya sendiri. Ia yang berpikir positif, tidak akan mengambil sikap dan perbuatan yang dapat merugikan orang lain. Justru ia akan berusaha untuk berbuat sesuatu yang menguntungkan dan memberi manfaat bagi orang lain sebagai penerima.

Memberi kebajikan berarti memberi Dhamma, secara manusiawi jelas-jelas artinya ja-ngan sampai merugikan siapa pun. Inilah manusia yang sesungguhnya, yang bersifat manusiawi (Manussa-manusso). Dalam hal ini ia bukan manusia yang bersifat seperti setan (Manussa-peto). Ia bukan pula manu-sia yang bersifat seperti binatang (Manussa-tiracchāno) serta ia juga bukan manusia yang bersifat hidup seperti di alam neraka (Manussa-nirayo).

Manusia yang bersifat manusiawi selalu sadar akan kebajikan demi kesejahteraan dan kebahagiaan hidup bagi diri sendiri dan semua makhluk. Ia akan memberi sesuatu yang terbaik kepada semua makhluk dengan tanpa maksud yang mengikat demi kepentingannya sebagai individu. Ia akan memberi bantuan yang bermanfaat dengan penuh pengertian benar dan tulus ikhlas. Inilah yang disebut memberi kebajikan, dan bukan mengganggu kenyamanan hidup orang lain.

Mengendalikan diri

Umat Buddha yang sadar akan dirinya telah mengenal Ajaran Kebenaran yang diwaris-kan oleh Buddha Gotama, tidak akan lepas dari pengendalian pikiran yang sepenuhnya menjadi kunci hidup kebahagiaan setiap orang.

Pengendalian diri dapat dilakukan oleh setiap orang yang mengetahui, mengerti dan menghayati sepenuhnya bahwa ia yang dapat mengendalikan dan menguasai pikir-annya dengan baik, akan hidup tenang dan bahagia di manapun juga. Ia akan berusaha untuk membuat kondisi semaksimal mungkin, agar pikirannya selalu ia kendali-kan dengan baik dan benar, dan akan berusaha sebaik mungkin agar jangan terjadi sebaliknya, pikiran dapat menguasai dirinya sehingga harus tunduk dengan segala keinginan pikiran itu, apapun yang diingin-kan bisa atau tidak bisa, harus dipenuhi. **Jika tidak dipenuhi keinginan pikiran yang tuntutannya banyak dan kuat seper-ti itu, maka pikiran itu sendiri akan berontak dengan sekuat-kuatnya, hingga bisa menghancurkan segala-galanya.**

Manusia yang manusiawi (Manussa-manuso) akan mempelajari hal ini sampai tuntas, tidak akan membiarkan dirinya dibelenggu oleh pikiran egois dengan berbagai tuntutan seperti itu. Pikiran yang baik tidak akan mempunyai banyak tuntutan karena selalu diusahakan terus dalam pengendalian kesadaran semaksimal mung-kin setiap saat. Orang yang mengendalikan diri dengan baik, tidak mau pusing dengan berbagai masalah yang timbul, tetapi justru berusaha bagaimana agar jangan dirinya menjadi sumber masalah.

Menghindari Kejahatan

Seseorang yang telah mampu mengendali-kan diri dengan sebaik-baiknya akan berusaha semaksimal mungkin untuk mengendalikan pikiran agar tidak berbuat jahat dalam bentuk dan dengan cara apa pun serta terhadap siapa pun. Sebaiknya yang harus dilakukan adalah menambah kebajikan sebanyak dan sesering mungkin untuk membuat kondisi agar terhindar dari segala bentuk pikiran yang tidak baik dan tidak berguna bagi orang lain maupun bagi diri sendiri. Oleh karena itu kita tidak akan melakukan perbuatan jahat, apabila kita berusaha untuk semaksimal mungkin mengaktifkan pikiran kita dalam ruang lingkup kebajikan. **Itulah sebabnya kita disarankan untuk menjaga dan mengendalikan pikiran, agar selalu bisa dalam kondisi baik dan tidak punya kesempatan untuk bergerak seenaknya pikiran itu sendiri.**

Mengikis Kekotoran Batin

Kita diharapkan untuk mampu mengenda-likan pikiran, sehingga bisa lebih baik dan terhindar dari segala bentuk kejahatan. Kita harus berusaha mengerti dan menyadari bahwa pikiran yang penuh dengan kekotoran batin (lobha, dosa dan moha) tidak akan mampu mengatasi permasalahan hidupnya sendiri, apalagi masalah orang lain, maka akan selalu berusaha untuk mempelajari bagaimana cara mengikisnya. Bilamana **lobha, dosa, dan moha bisa dikikis secara total, maka kebebasan total dari penderitaan hidup akan dapat dicapai.**

Sudah siapkah kita untuk mencapai Nibbāna? Sudah manusiawikah kita lebih dulu untuk tujuan

Nibbāna? Apabila manusiawi saja belum, maka untuk mencapai Nibbāna adalah impossible / tidak mungkin.

10

Kebahagiaan itu tak dapat dibeli

"Ārogyaparamā labhā, santuṭṭhīparamaṁ dhanaṁ Vissāsaparamā ñāti, nibbānaṁ paramaṁ sukhaṁ".

"Kesehatan adalah keberuntungan terbesar. kepuasan adalah kejayaan paling bernilai. kepercayaan adalah sanak terakrab. Nibbāna adalah kebahagiaan terbesar".
[Dhammapada : Sukha Vagga; 8/ 204]

Betapa bahagianya seseorang bisa meraih kesuksesan yang diharapkan atau yang dicita-citakannya. Namun sebaliknya, betapa sedihnya seseorang yang sudah berjuang mati-matian, dengan berkorban tenaga, waktu, materi, pemikiran dan lain sebagainya. Apa yang membedakan di antara kedua hal ini? Apakah rahasianya?

Bagaimanapun murah atau mahal harganya, kebahagiaan itu tak dapat dibeli. Kebahagiaan bukanlah sesuatu yang dapat disamakan dengan benda atau materi yang tampak. Di dalam Dhamma kita diajarkan bahwa kebahagiaan itu bukanlah sesuatu yang dapat dikejar atau

dicari kemudian bisa kita pegang, dimiliki seperti benda yang indah dan menarik, disimpan di lemari kaca yang bagus, terjamin keamanannya dari kerusakan dan kehilangan. Sesungguhnya kebahagiaan akan datang mengikuti jejak pikiran kita yang mau berpikir, berucap, dan berbuat serta bekerja dengan baik.

Atthi -sukha (ekonomi sukses – bahagia)

Orang yang dapat meraih keberhasilan dalam usaha kerja kerasnya tentu akan merasa sangat bangga dan berbahagia sekali. Kita akan merasa bahagia apabila kita berhasil mengumpulkan berbagai macam jenis kebutuhan yang menunjang kehidupan kita sehari-hari *(atthi-sukha)*. Pertumbuhan ekonomi kita sangat tergantung dari beberapa hal yang tidak lepas kaitannya dengan bagaimana ia sendiri memiliki cara berpikir (baik dan benar atau buruk dan salah). Apabila seseorang bekerja dengan sungguh-sungguh, secara baik dan benar dalam usaha/bisnisnya, dan sukses mendapatkan untung yang cukup bahkan mungkin lebih dari cukup, tentu saja ia akan merasa senang dan bahagia.

Bhoga-sukha (bisa memanfaatkan ekonomi yang dimiliki – bahagia)

Apabila kita sudah memiliki kekayaan, baik materi maupun batin, maka sebaiknya memang berusaha untuk bisa memanfaatkannya dengan sebaik mungkin, sehingga kita bisa menikmati buahnya. Jika demikian, maka kita akan merasa puas, tentram, damai, harmonis, dan bahagia. Tetapi kalau kekayaan yang dimiliki itu disimpan hanya untuk kepentingan diri sendiri dan dinikmati sendiri saja, maka suatu saat di waktu kita membutuhkan pertolongan, kita

akan kehilangan kesempatan untuk mendapatkan orang lain yang kita harapkan bisa menolong diri kita. Oleh karena itu, bhoga-sukha hanya dapat dirasakan oleh orang yang tahu dan mengerti bagaimana sesungguhnya kebahagiaan itu bisa menjadi bagian dari kehidupan seseorang.

Anana-sukha (tanpa hutang – bahagia)

Siapapun yang mempunyai hutang, dalam bentuk apapun, tentu merasa ada ikatan yang selalu menganggu dalam hatinya. Akan tetapi bagi orang yang bebas dari hutang, tidak ada hutang sama sekali, maka ia akan merasa tidak punya beban dalam hatinya (Anana-sukha).

Ada pepatah mengatakan, hutang janji dibayar janji, hutang benda dibayar benda, hutang nyawa dibayar nyawa. Artinya kalau seseorang telah mengambil janji kepada orang lain, maka ia harus membayar/memberikan sesuatu yang dijanjikannya itu. Demikian juga halnya dengan hutang benda dan nyawa. Menurut Dhamma, orang yang tidak mau melibatkan diri dalam hutang dan justru sela-lu aktif untuk berusaha bagaimana mendapatkan keperluan sehari-hari dengan usaha sendiri, akan merasa bahwa dirinya tidak memiliki beban hutang. Kita diajarkan dalam Dhamma bahwa kita seharusnya bekerja lebih dahulu, kemudian gaji boleh menyusul/diberikan belakangan. Hukum kamma pun sangat jelas menunjukkan kepada kita bahwa perbuatan (baik) terlebih dahulu harus dilakukan, baru buah kamma baik akan mengikuti dengan sendirinya tanpa ada halangan. Dengan kata lain, kalau orang seperti ini tidak punya hutang kamma buruk, maka ia akan tenang, tentram, damai dan bahagia, tanpa ada beban atau tekanan dari dalam dirinya.

Anavajja-sukha (pikiran bersih, tidak melanggar sīla – bahagia)

Sebagai umat Buddha yang sikap hidupnya selalu tercermin dalam sikap dan tingkah laku, apakah kita menjalankan sīla atau tidak, tidak bisa dibohongi/ditutup-tutupi dengan cara apapun. Bagi kita yang selalu bercermin pada Dhamma, ajaran kebenaran, maka sikap hidupnya pun akan terlihat oleh pihak lain selalu tenang, tentram, damai dan bahagia (anavajja-sukha)

Berakit-rakit ke Hulu Berenang-renang ke Tepian

Kita bisa memiliki kesehatan, kepuasan dan kepercayaan adalah suatu hal yang sangat baik bagi kelangsungan hidup yang membutuhkan perjuangan tanpa henti. Sebab dengan demikian kita akan dapat merasakan suatu kualitas batin yang tenang mantap yang hanya dapat dirasakan oleh siapa yang mengalami. Apalagi jika kita bisa mengerti bahwa kebahagiaan itu datang melalui usaha yang berat, seperti contoh dalam meditasi kita harus mau menanggung rasa sakit dan pusing dalam menghadapi berbagai tantangan dan gangguan, fisik maupun mental. Meditasi tidak bisa mendatangkan ketenangan atau kebahagiaan kalau si pemeditator hanya mau duduk meditasi dengan mulus tanpa gangguan.

11

Hidup bahagia itu indah

"Dhammapīti sukhaṁ seti – vippasannena cetasā Ariyappavedite Dhamme – sadā ramati paṇḍito".

"Ia yang meneguk rasa Dhamma dan jernih batinnya niscaya hidup berbahagia. Orang bijak senantiasa bergembira dalam Dhamma yang dibabarkan oleh para Suciwan".
[Dhammapada : Paṇḍita Vagga; 4/79]

Apakah Anda ingin hidup bahagia? Jawaban dari pertanyaan ini pasti semua orang bahkan semua makhluk akan mengatakan bahwa ia ingin hidup bahagia. Suatu hal yang dapat dipastikan bahwa tidak ada satu makhlukpun di dunia ini yang ingin hidup menderita. Hal ini dapat kita tinjau kenyataannya di lapangan bahwa meskipun semua makhluk mengingin-kan supaya hidupnya bahagia, namun masing-masing memiliki banyak faktor yang menentukan dan tidak bisa dipisahkan dengan satu faktor utama, yaitu pikiran. Bagaimana mereka memiliki cara berpikir yang benar dalam menanggapi berbagai persoalan yang dihadapinya adalah sangat dominan ikut menentukan apakah mereka bisa bahagia atau justru malah menderita.

Dhamma adalah Kebenaran Universal

Seseorang yang memiliki cara ber-pikir yang benar akan mendapatkan kemudahan dalam menentukan arah pikiran, ucapan maupun tindakannya sendiri secara pribadi ataupun dalam ruang lingkup kelompok dan masyarakat luas. Satu kebenaran universal yang tidak dapat dibantah adalah jika seseorang berpikir, berucap dan berbuat dengan pikiran baik, maka ia akan hidup bahagia. Kemanapun ia bergerak dan dimanapun ia berada, ia selalu berusaha sadar sehingga terhindarlah ia dari pengaruh buruk yang mungkin juga ada di sekelilingnya.

Satu kebenaran universal yang sangat mendasar ada dalam dirinya dan teringat selalu adalah *'Pañcasīlasikkha'*, menghindari pembunuhan makhluk hidup, menghindari pengambilan barang yang tidak diberikan (mencuri), menghindari penyelewengan seksual, menghindari pengucapan kata-kata yang tidak benar, dan menghindari meminum minuman yang dapat menyebabkan lemahnya kesadaran. Apabila setiap orang dalam kehidupan bermasyarakat dapat menunjukkan sikapnya sendiri demikian, maka keuniversalan nilai kebenaran dari sila-sila tersebut akan sangat terasa menggema di sekeliling masing-masing individu yang menerapkannya dan menjadi bagian dari satu kesatuan masyarakat itu sendiri.

.Dalam hal ini tidak terjadi sangkal menyangkal, semua proses yang bergerak ditanggapi sejalan dengan hukum kebenaran.

Memahami Dhamma Melalui Keyakinan

Kebenaran universal yang lebih dikenal dengan

sebutan Dhamma itu, membutuhkan waktu untuk bisa dicerna atau diproses dengan sebaik-baiknya dan dengan cara yang benar. Hal ini memerlukan gerak langkah melalui liku-liku yang harus disadari oleh si pelaku sendiri. Dengan cara seperti ini apapun yang dialami oleh si pelaku, akan dirasakan sebagai sesuatu apa adanya dan ini menyebabkan tumbuhnya keyakinan. Apabila proses pemahaman ini tidak terhalangi oleh kondisi yang mengganggu kelancarannya, maka justru pertumbuhan keyakinan terhadap Dhamma tidak terasa atau sulit dirasakan sehingga timbul ketidakjelasan dalam proses pemahaman bagi si pelaku belajar.

Sebagai orang yang memiliki kesiapan untuk menempuh proses menyadari segala sesuatu yang timbul dan tenggelam, maka ia harus mampu mengenal dengan baik dan secara objektif memahami bahwa itu demikian sebagaimana adanya, dan tumbuh keyakinan bahwa itulah kebenaran.

Pengertian Mantap Melalui Pengalaman

Ada pepatah yang mengatakan 'pengalaman adalah guru yang paling baik' yang sesungguhnya dapat kita hubungkan secara langsung dalam praktik di tengah-tengah kehidupan kita sehari-hari. Kita semua sudah mengenal dengan baik satu istilah yang umum dalam Dhamma, yaitu ehipassiko (datang dan buktikan). Secara teoritis kita juga mengetahui bahwa ehipassiko artinya kita tidak boleh mudah percaya dan menerima begitu saja segala sesuatu yang didengar dari siapapun itu pasti benar, namun harus diselidiki selidiki sendiri. Apabila ternyata kita sendiri tahu bahwa itu mengakibatkan kerugian, mendatangkan

penderitaan maka kita berhak untuk tidak menerima itu. Akan tetapi apabila sesuai dengan hasil penyelidikan kita hal itu mendatangkan keuntungan dan mengakibatan timbulnya kebahagiaan, maka tentu kita dengan sebaik-baiknya menerima hal itu.

Berdasarkan hal itu, maka apapun bentuk pengalaman kita, yang besar maupun yang kecil, sesungguhnya juga ada dua macam yang semestinya dapat kita pahami bahwa ternyata ada pengalaman kita yang boleh dijadikan pedoman dalam berbuat dan bertindak di masa-masa yang aka datang. Pengalaman baik, bermanfaat, mendatangkan kebahagiaan, tidak merugikan siapaun, patut diulang-ulang sesering mungkin. Namun sebaliknya, pengalaman yang mendatangkan kerugian, tidak bermanfaat, menimbulkan penderitaan, maka hal itu patut untuk tidak diterima, dilupakan dan dilepas.

Dhamma Itu Indah Bagi Pelakunya

Siapaun yang memiliki pengalaman seperti di atas, tentu akan hidup tenang, dapat mengetahui dengan baik dan benar segala sesuatu yang terjadi, timbul dan tenggelam sebagaimana adanya, dan bukan merekarasa seenak dan semaunya sendiri.

Betapa indahnya hidup bagi diri orang seperti itu. Kebahagiaan yang dirasakannya pun tidak dimonopoli sendiri, tetapi juga ia berusaha agar sedapat mungkin bisa membawa pengaruh bagi siapapun di sekelilingnya, dengan harapan semoga semua makhluk hidup berbahagia, semoga semua makhluk hidup berbahagia, semoga semua makhluk hidup berbahagia.

Apabila setiap insan di dunia ini bisa menunjukkan sikapnya seperti itu, makabetapa indahnya hidup ini di antara para makhluk yang hidupnya tenang, tentram, damai, harmonis, dan bahagia. Setiap pelaku yang aktiv dalam mengelola hidupnya sesuai dengan hukum kebenaran yang universal, akan merasakan kesejukan Dhamma, oh indahnya hidup ini yang penuh dengan kebahagiaan, secara jasmaniah maupun batiniah. Alangkah damai dan harmonisnya kehidupan ber-masyarakat karena setiap anggotanya memahami orang lain sebagaimana ia mencoba memahami dirinya sendiri.

Seseorang yang memiliki kemoralan dan keyakinan yang mantap akan disenangi banyak pihak di lingkungan masyarakat luas. Dengan demikian ia selalu berbahagia dan akan selalu punya kesempatan untuk menerapkan kebajikan kepada banyak pihak di tengah-tengah kesibukannya sebagai perumah tangga. Hidupnya dipenuhi dengan aneka kegiatan yang berguna bagi dirinya sendiri dan juga orang lain.

Di dalam Dhammapada : Puppha Vagga; 11/54 dikatakan bahwa harumnya bunga dan kayu cendana tak dapat melawan arah angin, tetapi harumnya kebajikan dapat melawan arah angin dan menyebar ke segenap penjuru.

Apakah Anda sudah tergolong orang yang bahagia secara jasmaniah dan batiniah? Jika belum, bergegaslah untuk itu.

12

Kebahagiaan diri sendiri dan kebahagiaan orang lain

"Sukhakāmāni bhūtani – yo daṇḍena na hiṁsati Attano sukhamesāno – pecca so labhate sukhaṁ".

"Semua makhluk mendambakan kebahagiaan. Barang-siapa mencari kebahagiaan bagi diri sendiri dengan tidak menganiaya makhluk lain, setelah kematiannya Ia niscaya akan memperoleh kebagiaan".
[Dhammapada : Daṇḍa Vagga; 4/132]

Hidup bahagia adalah dambaan setiap makhluk yang ada di dunia ini. Tidak ada satu pun makhluk yang ingin menderita dalam hidupnya. Tapi bagaimanakah kebahagiaan seorang individu manusia itu didapat atau diperoleh dalam aktivitas sehari-harinya di masyarakat? Mungkinkah seseorang hidup bahagia di tengah-tengah situasi ada banyak orang lain yang menderita, hiruk-pikuk, gaduh, kacau dan tidak harmoni hidupnya?

Dalam kemungkinan-kemungkinan yang ada mengenai kehidupan manusia, tentu kita dapat mengetahui

bahwa menusia itu secara nyata terdapat aneka ragam tipe yang tampak sangat bervariasi. Namun ada tipe-tipe manusia yang dapat kita pelajari secara umum atau secara garis besar dalam kehidupan bermasyarakat.

Tipe-tipe Manusia Secara Umum

Menurut Aṅguttara Nikāya IV.96 dalam Rāga-vinaya Sutta, yang juga ada dalam Sikkha Sutta, Aṅguttara Nikāya IV.99, dikatakan bahwa ada tipe pribadi orang tertentu (pertama) yang berbuat sesuatu untuk kebaikannya sendiri tetapi tidak untuk kebaikan orang lain. Ada tipe pribadi orang tertentu (kedua) yang berbuat sesuatu untuk kebaikan orang lain tetapi tidak untuk kebaikannya sendiri. Ada tipe pribadi orang tertentu (ketiga) yang tidak mau berbuat sesuatu untuk kebaikannya sendiri juga tidak berbuat untuk kebaikan orang lain. Ada tipe seorang individu tertentu (keempat) yang mau berbuat sesuatu untuk kebaikannya sendiri juga berbuat untuk kebaikan orang lain. (AN. IV.96, AN. IV.99).

Tanpa Berbuat Tidak Menerima Hasil

Apa pun perbuatan yang dilakukan, tentu seperti itulah hasil yang akan diperoleh. Jika tidak berbuat sesuatu apa pun, tentu hasilnya pun tidak akan mungkin ada. Kalau ada orang yang tidak mau berbuat baik, tentu dia tidak akan memperoleh kebahagiaan. Atau kalau dia ingin memperoleh kebahagiaan, tentu dia harus berbuat apa pun kondisi yang bisa mendatangkan kebahagiaan itu sendiri. Jika dia tidak berbuat apa-apa, tentu tidak mungkin kebahagiaan itu diperoleh. Kalau orang tertentu tidak mau berbuat salah (jahat), tentu dia tidak akan mendapatkan penderitaan.

Dalam Rāga-vinaya Sutta, Aṅguttara Nikāya IV.96 dikatakan, ada tipe pribadi orang tertentu yang tidak mau berbuat sesuatu untuk kebaikannya sendiri juga tidak berbuat untuk kebaikan orang lain. Ada tipe seorang individu tertentu yang tidak mengendalikan nafsu raga dalam dirinya sendiri juga tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia tidak mengendalikan kebencian dalam dirinya sendiri juga tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia tidak mencermati kebodohan batin dalam dirinya sendiri juga tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu.

Sikkha Sutta, Aṅguttara Nikāya IV.99 menceritakan bahwa ada seorang individu tertentu yang tidak menghindari pembunuhan makhluk hidup juga tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri tidak menghindari pengambilan barang yang tidak diberikan juga tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri tidak menghindari penyelewengan seksual juga tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri tidak menghindari pengucapan kata-kata bohong juga tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri tidak menghindari pengkonsumsian minuman yang menyebabkan lemahnya kesadaran juga tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu.

Kebaikan Untuk Diri Sendiri Saja

Dalam Rāga-vinaya Sutta, Aṅguttara Nikāya IV.96 dikatakan ada tipe seorang individu tertentu yang mengendalikan nafsu raga dalam dirinya sendiri tetapi dia tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Ada

tipe seorang individu tertentu yang mengendalikan kebencian dalam dirinya sendiri tetapi dia tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Ada tipe seorang individu tertentu yang mencermati kebodohan batin dalam dirinya sendiri tetapi dia tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu.

Sikkha Sutta, Aṅguttara Nikāya IV.99 menceritakan bahwa ada seorang individu tertentu yang menghindari pembunuhan makhluk hidup tetapi ia tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri menghindari pengambilan barang yang tidak diberikan tetapi tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri menghindari penyelewengan seksual tetapi tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri menghindari pengucapan kata-kata bohong tetapi tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri menghindari pengkonsumsian minuman yang menyebabkan lemahnya kesadaran tetapi tidak mendorong orang lain untuk melakukan hal itu.

Kebaikan Untuk Orang Lain Saja

Dalam Rāga-vinaya Sutta, Aṅguttara Nikāya IV.96 dikatakan ada tipe seorang individu tertentu yang tidak mengendalikan nafsu raga dalam dirinya sendiri tetapi dia mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia tidak mengendalikan kebencian dalam dirinya sendiri tetapi mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia tidak mencermati kebodohan batin dalam dirinya sendiri tetapi mendorong orang lain untuk melakukan hal itu.

Sikkha Sutta, Aṅguttara Nikāya IV.99 menceritakan

bahwa ada seorang individu tertentu yang tidak menghindari pembunuhan makhluk hidup tetapi ia mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri tidak menghindari pengambilan barang yang tidak diberikan tetapi mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri tidak menghindari penyelewengan seksual tetapi mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri tidak menghindari pengucapan kata-kata bohong tetapi mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri tidak menghindari pengkonsumsian minuman yang menyebabkan lemahnya kesadaran tetapi mendorong orang lain untuk melakukan hal itu.

Dari Kebaikan Timbul Kebahagiaan Bersama

Pribadi orang tertentu yang mau berbuat sesuatu untuk kebaikannya sendiri juga berbuat untuk kebaikan orang lain. Ada tipe seorang individu tertentu yang mengendalikan nafsu raga dalam dirinya sendiri juga mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia mengendalikan kebencian dalam dirinya sendiri juga mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia mencermati kebodohan batin dalam dirinya sendiri juga mendorong orang lain untuk melakukan hal itu.

Sikkha Sutta, Aṅguttara Nikāya IV.99 menceritakan bahwa ada seorang individu tertentu yang menghindari pembunuhan makhluk hidup juga mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri menghindari pengambilan barang yang tidak diberikan juga mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri menghindari penyelewengan seksual juga mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri

menghindari pengucapan kata-kata bohong juga mendorong orang lain untuk melakukan hal itu. Dia sendiri menghindari pengkonsumsian minuman yang menyebabkan lemahnya kesadaran juga mendorong orang lain untuk melakukan hal itu.

Seperti perumpamaan yang sangat populer menyatakan jika kita menanam jagung, tentu kita akan memetik jagung dan bukan memetik padi. Kalau kita berharap memetik dan menikmati jagung, tapi kita sama sekali tidak menanam terlebih dahulu tentu saja kita tidak akan memperoleh jagung untuk dinikmati. Kalau seperti zaman sekarang ternyata ada yang serba instan bisa beli jagung yang terjual di pasar atau di supermarket, tentu kita harus memiliki uang terlebih dahulu yang kita dapatkan dengan bekerja keras juga. Artinya, kita tetap harus berjuang dan berusaha untuk bekerja supaya mendapatkan hasil yang kita harapkan.

Dengan demikian, perjuangan baik dan benar tentu bagi si pelaku akan memperoleh kebahagiaan. Dan bukan dengan mencari atau mengejar kebahagiaan tetapi kebahagiaan itu sendiri semakin tak dapat diraih. Sesuai dengan Dhammapada 132 tersebut di atas, kebahagiaan dicari tetapi dengan menganiaya orang lain, tentu penderitaan malah yang bisa datang. Bukankah begitu? Oleh karena itu berbahagialah kita yang bisa melakukan kebajikan terhadap orang lain untuk kebahagiaan semua makhluk.

13

Berjuang untuk merdeka

"Yo sahassaṁ sahassena – saṅgāme mānuse jine Ekañca jeyyamattānaṁ – sa ve saṅgāmajuttamo".

"Penakluk terbesar bukanlah orang yang dapat menaklukkan ribuan musuh dalam beribu kali pertempuran, melainkan orang yang dapat menaklukkan diri sendiri".
[Dhammapada : Sahassa Vagga; 4/103]

Hari ini adalah hari yang sangat spesial bagi kita sekalian, karena kegiatan rutin kita bertepatan dengan tanggal 17 Agustus 2008 hari kemerdekaan ke-63 negeri kita tercinta bangsa Indonesia.

Bangsa Indonesia Berjuang Untuk Merdeka

Para pejuang yang lebih dikenal dengan istilah pahlawan bangsa Indonesia, telah bekerja keras membela tanah air Indonesia dengan melawan dan memerangi para penjajah dari bangsa lain. Para pahlawan berhasil mengusir penjajah, merebut kemerdekaan bangsa dan merayakannya secara resmi pada tanggal 17 Agustus 1945 sebagai hari kemerdekaan Republik Indonesia. Merdeka! Bangsa Indonesia terbebas dari cengkraman penjajah yang

merupakan musuh dari luar lingkungan bangsa dan negara.

Apakah dengan meraih kemerdekaan, bangsa Indonesia menjadi benar-benar terbebas dari cengkraman penjajah? Mari kita ikuti uraian lebih lanjut berikut ini.

Masalah Bangsa Secara Internal

Bangsa lain yang menjajah negara dan bangsa Indonesia seperti zaman penjajahan Belanda dan Jepang dahulu sudah tidak ada, akan tetapi bangsa kita masih ada masalah internal bangsa sendiri, berupa kekurangan-kekurangan dan kelemahan-kelemahan di Indonesia sendiri masih banyak. Masalah-masalah itu sebenarnya menyangkut pribadi manusianya, tidak asing bagi kita seperti masalah pendidikan, pengangguran, kemiskinan materi, kemiskinan mental, dan sebagainya. Setelah kemiskinan mental, ancaman perpecahan bangsa.

Sebagai Individu Masih Memiliki Ikatan

Sebagai bagian dari bangsa Indonesia, individu-individu manusia Indonesia sendiri mempunyai adat dan budaya yang beraneka ragam dan masih kuat terkait ikatan pribadi dalam keluarga. Artinya, bagi seorang individu ada kesulitan dalam usaha melepaskan diri dari masalah ekonomi, pendidikan dan bekerja mencari nafkah, karena ikatan keluarga. Diri pribadi yang tidak mau pergi jauh darikeluarga, sulit meninggalkan keluarga, adalah masalah-masalah yang menjadi kendala pribadi terlihat sebagai ikatan. Diri pribadilah yang membuat itu terjadi, sebagaimana kita ketahui dalam konsep hukum kamma, tergantung pada si pelaku sendiri.

Kekuatan Kamma Individu Membuat Ikatan

Sebagaimana dikatakan dalam brahmavihārapharaṇa bahwa semua makhluk adalah pemilik kamma (perbuatan) mereka sendiri, terwarisi oleh perbuatan mereka sendiri, lahir dari perbuatan mereka sendiri, berkerabat dengan perbuatan mereka sendiri, tergantung pada perbuatan mereka sendiri. Perbuatan apa pun yang akan mereka lakukan, baik atau pun buruk, perbuatan itulah yang akan mereka warisi.

Jadi, kamma masing-masing individu tetap tak akan bisa terpisah dengan si pemilik sebagai pelaku kamma itu sendiri, baik atau pun buruk.

Dalam Ariyamagga Sutta, Aṅguttara Nikāya 4.235 Buddha berkata, *"Para bhikkhu, ada empat tipe kamma telah secara langsung terealisasi, terverifikasi, dan tertembus oleh-Ku. Apakah empat itu? 1). Ada kamma gelap dengan hasil yang gelap. 2). Ada kamma terang dengan hasil yang terang. 3). Ada kamma gelap dan terang dengan hasil yang gelap dan terang. 4). Ada kamma bukan gelap pun bukan terang dengan hasil yang bukan gelap pun bukan terang, menuju hancurnya kamma".*

Dalam Ariyamagga Sutta, Aṅguttara Nikāya 4.235 lebih lanjut diuraikan bahwa Buddha berkata, *"Ada kamma gelap dengan hasil yang gelap. Apakah kamma gelap dengan hasil yang gelap itu? Ada seseorang membangkitkan bentukan niat jasmani, niat berucap atau niat berpikir yang menyebabkan penderitaan. Setelah melakukannya, ia terlahir kembali di alam menderita. Ketika dia terlahir kembali di alam menderita, kontak-kontak yang menyebabkan penderitaan menyentuhnya.*

Karena disentuh oleh kontak-kontak yang menyebabkan penderitaan, dia mengalami perasaan-perasaan yang menderita, yang amat menyakitkan, seperti yang dialami para makhluk di alam neraka. Inilah yang disebut kamma gelap dengan hasil yang gelap."

Dari uraian tersebut di atas, si pelaku membuat ikatan yang akan mencengkram dirinya sendiri, dengan berbuat buruk melalui jasmani, ucapan, dan pikiran, sehingga ia tidak bisa bebas dari akibat perbuatan buruk itu, artinya dia sulit bisa merdeka.

Penjabaran berikutnya dalam Ariyamagga Sutta, Aṅguttara Nikāya 4.235 Buddha berkata, *"Ada kamma terang dengan hasil yang terang. Apakah kamma terang dengan hasil yang terang itu? Ada seseorang membangkitkan bentukan niat jasmani, niat berucap atau niat berpikir yang tidak menyebabkan penderitaan. Setelah melakukannya, ia terlahir kembali di alam bahagia. Ketika dia terlahir kembali di alam bahagia, kontak-kontak yang tidak menyebabkan penderitaan menyentuhnya. Karena disentuh oleh kontak-kontak yang tidak menyebabkan penderitaan, dia mengalami perasaan-perasaan tidak menderita, yang amat menyenangkan, seperti yang dialami para dewa di keagungan yang cemerlang. Inilah yang disebut kamma terang dengan hasil yang terang."*

Dari penjelasan di atas, si pelaku berbuat baik melalui jasmani, ucapan, dan pikiran, yang bisa memperpanjang proses kehidupan karena adanya ikatan dengan tumpukan buah dari perbuatan baik itu, artinya dia harus terus mengikuti dan menerima buah kamma baik

yang masak, memperpanjang ikatan kamma baik sehingga belum bisa terbebas dari ikatan kamma itu sendiri.

Diceritakan juga dalam Ariyamagga Sutta, Aṅguttara Nikāya 4.235 bahwa Buddha berkata, *"Ada kamma gelap dan terang dengan hasil yang gelap dan terang. Apakah kamma gelap dan terang dengan hasil yang gelap dan terang itu? Ada seseorang membangkitkan bentukan niat jasmani, niat berucap atau niat berpikir yang menyebabkan penderitaan dan juga yang tidak menyebabkan penderitaan. Setelah melakukannya, ia terlahir kembali di alam yang ia bisa menderita dan juga bisa bahagia. Ketika dia terlahir kembali di alam di mana ia bisa menderita dan bahagia, kontak-kontak yang menyebabkan penderitaan dan yang tidak menyebabkan penderitaan menyentuhnya.*

Karena disentuh oleh kontak-kontak yang menyebabkan penderitaan dan yang tidak menyebabkan penderitaan, dia mengalami perasaan-perasaan menderita dan perasaan-perasaan tidak menderita, seolah-olah bercampur antara yang amat menyakitkan dan yang amat menyenangkan, seperti yang terjadi di alam manusia, para dewa dan sebagian di alam-alam rendah. Inilah yang disebut kamma gelap dan terang dengan hasil yang gelap dan terang."

Dalam hal seperti tersebut di atas, si pelaku berbuat buruk dan juga berbuat baik melalui jasmani, ucapan, dan pikiran, yang tentunya bisa memperpanjang proses kehidupan juga, dengan adanya variasi antara tumpukan buah dari perbuatan buruk dan perbuatan baik itu. Oleh

sebab itu, dia harus terus mengikuti dan menerima secara bervariasi pula masaknya buah kamma buruk dan kamma baik, tidak bisa juga bebas meskipun dari ikatan buah kamma baik, apalagi buah kamma buruk.

Merdeka, Melepas Ikatan Kamma

Dalam Ariyamagga Sutta, Aṅguttara Nikāya 4.235 Buddha berkata, Apakah kamma bukan gelap pun bukan terang dengan hasil yang bukan gelap pun bukan terang, menuju hancurnya kamma itu? Pengertian Benar, pikiran benar, ucapan benar, perbuatan benar, penghidupan benar, usaha benar, perhatian benar, konsentrasi benar. Inilah yang disebut kamma bukan gelap pun bukan terang dengan hasil yang bukan gelap pun bukan terang, menuju berakhirnya kamma, menurut Aṅguttara Nikāya 4.235.

Sedangkan menurut Aṅguttara Nikāya 4.232, yang disebut kamma bukan gelap pun bukan terang dengan hasil yang bukan gelap pun bukan terang, yang menuju pada hancurnya kamma adalah niat untuk meninggalkan kamma gelap dengan hasil yang gelap, dan untuk meninggalkan kamma terang dengan hasil yang terang, dan untuk meninggalkan kamma gelap dan terang dengan hasil yang gelap dan terang.

Dalam perjuangan bukan dengan mengejar dan menyerang musuh keluar tetapi kebebasan/kemerdekaan itu dapat diraih dengan memerangi musuh yang ada di dalam diri sendiri.

Sesuai dengan Dhammapada : Sahassa Vagga; 4/103 tersebut di atas, penakluk yang sejati adalah orang yang

berhasil menaklukkan dirinya sendiri, bukan dengan menaklukkan beribu-ribu musuh di medan pertempuran. Bukankah begitu? Oleh karena itu berbahagialah kita yang bisa melakukan suatu perjuangan melawan musuh berupa keserakahan (lobha), kebencian (dosa) dan kebodohan batin (moha) yang ada dalam diri sendiri.

Daftar Pustaka

Itivuttaka 74

Anguttara Nikaya 2

http://www.accesstoinsight.org/canon/sutta

http://www.accesstoinsight.org/study/aids

http://www.accesstoinsight.org/canon/sutta/anuttara

http://www.accesstoinsight.org/canon/anguttara/an07-049.html:
"Dana Sutta (AN VII.49),
" Thanissaro Bhikkhu, trans.,10 September 2001.

"Sabbadānaṁ, Dhammadānaṁ Jināti"

Pemberian Kebenaran Dhamma mengalahkan segala pemberian
[Dhammapada : Taṇhā Vagga; 21/354]

Bagi yang ingin berdana untuk memperbanyak buku ini maupun mendukung kelanjutan pencetakan buku-buku dhamma lainnya, dapat mentransfer dana ke rekening

Bank BCA Kcp. Sumatera, MEDAN
a.n. **YAYASAN VIHĀRA MAHĀSAMPATTI**
a.c. 8370062383

atau langsung ke

CETIYA MAHĀSAMPATTI

Jalan Pajang No 7-9 Medan, Sumatera Utara – Indonesia
Telp. 061-736 9410, Fax. 061-735 6181, Kode Pos. 20214
Email : dscmahasampatti@gmail.com
www.cetiyamahasampatti.wordpress.com

Untuk keperluan administrasi, diharapkan donatur yang menyalurkan dana via bank dapat memberitahukan kepada penerbit melalui:

Via Telp/Sms : ***Upc. Anwar S. Yantasilo, S.Kom. (0819 63 1688)***
Via Fax : ***061 - 735 6181***
Via Email : ***wpeiche@gmail.com; shiyuwi0701@gmail.com***
Via YM/MSN : ***shi_yu_wi / shi_yu_wi@yahoo.com***